

Pengaruh *Culture Shock* dan *Self-Esteem* terhadap Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta

Aicha Nurjanah; Aad Satria Permadi, S.Psi., M.A, P.h.D
Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas
Muhammadiyah Suakarta

Abstrak

Mahasiswa rantau yang menempuh pendidikan jauh dari kampung halaman kerap menghadapi tantangan psikologis berupa *culture shock* dan rendahnya *self-esteem* yang berpotensi menghambat proses penyesuaian diri di lingkungan baru. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* secara simultan maupun parsial terhadap kemampuan penyesuaian diri mahasiswa rantau di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif eksplanatori dengan teknik purposive sampling, melibatkan 197 mahasiswa rantau berusia 18–24 tahun yang berasal dari luar Pulau Jawa. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga skala psikologis yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya, kemudian dianalisis menggunakan teknik regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan, *culture shock* dan *self-esteem* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan penyesuaian diri dengan kontribusi sebesar 13,4% terhadap variasinya. Secara parsial, hanya *self-esteem* yang menunjukkan pengaruh positif dan signifikan, sedangkan *culture shock* tidak berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri. Profil responden menunjukkan mayoritas berada pada kategori penyesuaian diri tinggi, *culture shock* sedang, dan *self-esteem* sedang. Temuan ini menegaskan bahwa faktor psikologis internal, khususnya *self-esteem*, memegang peran krusial dalam keberhasilan adaptasi mahasiswa rantau. Implikasi praktis dari penelitian ini merekomendasikan agar universitas merancang program orientasi dan pendampingan psikologis yang berfokus pada penguatan *self-esteem*, seperti konseling kelompok, pelatihan regulasi emosi, dan kegiatan interkultural, sebagai upaya sistematis dalam mendukung penyesuaian diri mahasiswa rantau secara efektif dan berkelanjutan.

Kata Kunci: culture shock, self-esteem, penyesuaian diri, mahasiswa rantau.

Abstract

Students who pursue higher education far from their hometowns frequently encounter psychological challenges, including culture shock and diminished self-esteem, both of which may impede their adjustment to a new environment. This study aimed to examine the simultaneous and partial effects of culture shock and self-esteem on the self-adjustment ability of migrant students at Universitas Muhammadiyah Surakarta. An explanatory quantitative approach was employed with purposive sampling, involving 197 migrant students aged 18–24 years originating from outside Java Island. Data were collected using three psychologically validated and reliable scales and subsequently analyzed through multiple linear regression. The results revealed that culture shock and self-esteem simultaneously exerted a significant effect on self-adjustment ability, accounting for 13.4% of its variance. Partially, however, only self-esteem demonstrated a significant positive effect, while culture shock did not significantly influence self-adjustment. The majority of respondents exhibited high levels of self-adjustment, moderate culture shock, and moderate self-esteem. These findings affirm that internal psychological factors, particularly self-esteem, play a pivotal role in the successful adaptation of migrant students. Practically, universities are encouraged to develop structured orientation and psychological support programs emphasizing self-esteem enhancement such as group counseling, emotional regulation training, and intercultural

activities as a systematic effort to facilitate effective and sustainable student adjustment.

Keywords: *culture shock, self-esteem, self-adjustment, migrant students*

1. PENDAHULUAN

Penyesuaian diri merupakan proses berkelanjutan di mana individu berupaya menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan tuntutan lingkungan agar dapat berfungsi secara efektif dan harmonis (Setyawan, 2023). Kemampuan ini mencakup penyesuaian pikiran, perasaan, dan perilaku terhadap berbagai perubahan situasi, dan menjadi sangat krusial pada masa transisi dari remaja menuju kehidupan perkuliahan (Islamiyah dkk., 2020). Dalam konteks mahasiswa rantau, penyesuaian diri menjadi isu yang sangat relevan mengingat mereka harus menghadapi perubahan lingkungan sosial, budaya, dan akademik secara bersamaan tanpa dukungan langsung dari keluarga.

Permasalahan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau bersumber dari berbagai tekanan, mulai dari beban akademik, kemandirian hidup, hingga perbedaan bahasa, norma, dan kebiasaan budaya di lingkungan baru (Putri dkk., 2025). Ketidakmampuan beradaptasi berpotensi menimbulkan tekanan psikologis, kecemasan, perilaku maladaptif seperti ketergantungan *gadget*, penurunan makna hidup, hingga menurunnya kesejahteraan mental mahasiswa (Paramitadewi & Simarmata, 2024; Herlambang dkk., 2021). Fenomena ini secara nyata ditemukan pada mahasiswa rantau UMS yang berasal dari luar Pulau Jawa, di mana mereka kerap mengalami kesulitan menyesuaikan diri akibat perbedaan budaya, bahasa, dan minimnya dukungan sosial (Hunowo & Pratisti, 2024).

Secara teoretis, penyesuaian diri menurut Schneiders (1960) mencakup empat aspek pokok yaitu adaptasi, kesesuaian, pengendalian diri, dan perbedaan individu, yang dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik, kepribadian, pendidikan, lingkungan, serta agama dan budaya. Dua faktor psikologis yang dipandang memiliki peran signifikan terhadap penyesuaian diri adalah *culture shock* dan *self-esteem*. *Culture shock*, sebagaimana didefinisikan Oberg (1960), merupakan perasaan ketakutan dan disorientasi yang muncul ketika seseorang berhadapan dengan budaya baru yang berbeda dari budaya asalnya, mencakup enam aspek mulai dari ketegangan psikis, perasaan kehilangan, penolakan sosial, kebingungan peran, ketidaknyamanan terhadap perbedaan bahasa dan norma, hingga perasaan tidak berdaya. Sementara itu, *self-esteem* menurut Rosenberg dkk. (1989) merupakan persepsi menyeluruh seseorang terhadap dirinya sendiri yang mencakup penerimaan diri dan penghormatan diri. Individu dengan *self-esteem* tinggi terbukti lebih mampu menilai diri secara positif, lebih tahan terhadap stres, dan lebih adaptif dalam membangun interaksi sosial di lingkungan baru (Aldheminol dkk., 2024; Almukdad & Karadag, 2024).

Meskipun kajian mengenai penyesuaian diri mahasiswa telah cukup banyak dilakukan, sebagian

besar penelitian terdahulu masih berfokus pada konteks internasional atau populasi tertentu, dan belum banyak yang mengkaji secara simultan pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* terhadap penyesuaian diri dalam konteks mahasiswa rantau domestik di Indonesia. Temuan yang ada pun masih menunjukkan inkonsistensi, di mana sebagian penelitian menemukan hubungan negatif signifikan antara *culture shock* dan penyesuaian diri (Permatasari & Sari, 2023; Wahyuni dkk., 2024), sementara sebagian lainnya menunjukkan hasil yang bervariasi tergantung konteks budaya dan karakteristik individu (Baneviciene dkk., 2024). Kesenjangan inilah yang menjadi landasan perlunya penelitian ini dilakukan secara lebih terfokus dan kontekstual.

1.1 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta?

1.2 Tujuan Penelitian

Untuk menguji secara empirik antara *culture shock* dan *self-esteem* memengaruhi kemampuan penyesuaian diri akademik dan sosial mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta.

1.3 Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis pada penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur terkait hubungan antara *culture shock* dan *self-esteem* dalam konteks adaptasi sosial dan akademik di lingkungan baru. Manfaat praktis penelitian ini adalah memberikan pemahaman yang lebih komprehensif kepada mahasiswa rantau mengenai peran faktor-faktor psikologis, khususnya *culture shock* dan *self-esteem*, dalam memengaruhi proses penyesuaian diri di lingkungan perguruan tinggi.

2. METODE

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan penyesuaian diri mahasiswa rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta yang dipengaruhi oleh dua faktor psikologis utama, yaitu *culture shock* dan *self-esteem*. Guna menjawab permasalahan tersebut secara ilmiah dan terukur, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis eksplanatori, yakni rancangan penelitian yang bertujuan menjelaskan hubungan sebab akibat antar variabel melalui pengumpulan dan analisis data yang terstruktur (Yantoro dkk., 2021). Pendekatan ini dipilih karena secara utama menggunakan paradigma *post-positivist* dalam mengembangkan ilmu pengetahuan melalui pengukuran, observasi, dan pengujian teori secara statistik (Abdillah, 2024). Seluruh proses penelitian ini dilaksanakan dengan menjunjung tinggi prinsip etika penelitian psikologi, salah satunya melalui penerapan *informed consent* sebagai elemen fundamental yang menegaskan transparansi dan penghormatan terhadap hak partisipan (Orzechowski dkk., 2021).

2.1 Identifikasi Variabel

Penelitian ini melibatkan tiga variabel utama. Penyesuaian diri ditetapkan sebagai variabel dependen (terikat), sedangkan *culture shock* dan *self-esteem* masing-masing berperan sebagai variabel independen (bebas).

2.2 Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau aktif jenjang S1 Universitas Muhammadiyah Surakarta, berusia antara 18 hingga 24 tahun, terdiri atas laki-laki dan perempuan. Rentang usia tersebut dipilih karena merupakan karakteristik demografis yang paling umum ditemukan pada mahasiswa S1 di UMS. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif UMS yang sedang merantau atau berasal dari luar Pulau Jawa, sedangkan kriteria eksklusi mencakup individu yang bukan mahasiswa aktif UMS dan mahasiswa dari universitas lain. Populasi penelitian berjumlah 5.500 mahasiswa berdasarkan data dari Biro Administrasi Akademik UMS. Penentuan jumlah sample dilakukan menggunakan rumus *G-Power* dengan parameter *effect size* $f^2 = 0,10$, tingkat kesalahan $\alpha = 0,05$, dan nilai *power* $(1-\beta) = 0,98$ dengan dua variabel independen. Perhitungan mengacu pada rumus berikut:

$$f^2 = \frac{R^2}{1-R^2}, \lambda = f^2 \times (N - m - 1), N = \frac{\lambda}{f^2} + m$$

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai $\lambda = 0,10 \times 190 = 19,0$ dengan nilai *critical F* pada taraf signifikansi 0,05 ($df_1 = 2$; $df_2 = 190$) sebesar 3,043, dan *actual power* sebesar 0,9805. Dengan demikian, jumlah sampel minimum yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah 193 responden, yang telah memenuhi kriteria kekuatan uji yang disyaratkan (*power* > 0,80).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yakni pengambilan sampel berdasarkan karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Sumantri, 2025). Pengumpulan data dilaksanakan secara daring pada bulan Februari 2026, dengan penyebaran kuesioner melalui grup *WhatsApp*, media sosial, serta dengan bantuan organisasi kemahasiswaan seperti BEM, IMM, dan DPM untuk memperluas jangkauan responden. Setiap partisipan yang terpilih diberikan kompensasi berupa uang tunai sebesar Rp20.000 yang diundi kepada 13 responden beruntung sebagai bentuk apresiasi atas partisipasinya.

2.3 Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dalam bentuk *Google Form* yang terdiri atas beberapa bagian, meliputi: satu pengenalan peneliti, judul penelitian, dan lembar *informed consent*, dua data diri responden, tiga pernyataan penelitian untuk masing-masing variabel, dan empat penutup berisi ucapan terima kasih. Setiap variabel diukur menggunakan skala Likert lima poin dari

"Sangat Tidak Setuju" hingga "Sangat Setuju", kecuali skala *self-esteem* yang menggunakan format respons empat poin. Sebelum disebarkan, kuesioner telah melalui uji coba untuk memastikan keterbacaan dan aksesibilitas formulir. Penelitian ini menggunakan tiga instrumen psikologis yang seluruhnya telah melalui pengujian validitas dan reliabilitas, sebagai berikut:

1. Skala Penyesuaian Diri

Instrumen ini diadopsi dari skala yang dikembangkan Mujiyanti (2024) berdasarkan teori Schneiders (1964), mencakup empat aspek: adaptasi, kesesuaian, pengendalian diri, dan perbedaan individu. Skala awal terdiri dari 40 aitem dan telah teruji valid (koefisien korelasi item-total 0,528–0,873) serta reliabel (*Cronbach's Alpha* = 0,979). Setelah dilakukan uji validitas konstruk oleh peneliti menggunakan CFA, diperoleh indeks fit CFI = 0,968, TLI = 0,964, dan RMSEA = 0,060, dengan koefisien *Cronbach's Alpha* = 0,970 dan indeks daya beda aitem berkisar antara 0,499 hingga 0,864. Berdasarkan hasil seleksi aitem tersebut, diperoleh 19 aitem final yang layak digunakan.

2. Skala Culture Shock

Instrumen ini diadopsi dari skala yang dikembangkan Nazhifah (2022) berdasarkan enam aspek *culture shock* menurut Oberg (1960), meliputi ketegangan psikis dalam beradaptasi, perasaan kehilangan, penolakan sosial, kebingungan peran dan identitas, ketidaknyamanan terhadap perbedaan bahasa dan norma, serta perasaan tidak berdaya. Skala awal terdiri dari 30 aitem dan telah teruji valid (koefisien korelasi item-total 0,355–0,794) serta reliabel (*Cronbach's Alpha* = 0,853). Uji CFA oleh peneliti menghasilkan indeks fit CFI = 0,914, TLI = 0,903, dan RMSEA = 0,034, dengan koefisien *Cronbach's Alpha* = 0,782. Berdasarkan seleksi aitem tersebut, diperoleh 25 aitem final yang layak digunakan (Tabel 4).

3. Skala Self-Esteem

Instrumen ini diadaptasi dari *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) oleh Andryana Nelsy (2024) berdasarkan dua aspek menurut Rosenberg dkk. (1989), yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Skala awal terdiri dari 20 aitem dengan format *respons likert* empat poin dan telah teruji reliabel (*Cronbach's Alpha* = 0,884). Uji CFA oleh peneliti menghasilkan indeks fit CFI = 0,924, TLI = 0,903, dan RMSEA = 0,108, dengan koefisien *Cronbach's Alpha* = 0,923 dan indeks daya beda aitem berkisar antara 0,512 hingga 0,845. Berdasarkan seleksi aitem tersebut, diperoleh 15 aitem final yang layak digunakan.

Perlu dicatat bahwa pada ketiga skala tersebut, nilai *Chi-Square* (X^2) tidak terpenuhi, namun hal ini lazim terjadi mengingat *Chi-Square* sangat sensitif terhadap ukuran sampel besar, sehingga indeks

CFI, TLI, dan RMSEA lebih relevan digunakan sebagai tolok ukur *practical fit* model (Sathyanarayana & Mohanasundaram, 2024).

2.4 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan melalui tahapan yang sistematis sebagai berikut: Tahap pertama yaitu persiapan. Peneliti menyusun instrumen penelitian berdasarkan teori dan variabel yang digunakan, mengembangkan butir pernyataan dari masing-masing indikator variabel, serta melengkapi formulir dengan identitas peneliti, nama dosen pembimbing, tujuan penelitian, dan lembar *informed consent*. Tahap kedua uji coba instrumen. Sebelum penyebaran, kuesioner diuji coba terlebih dahulu untuk memastikan setiap butir pernyataan dapat dipahami dengan baik dan formulir dapat diakses tanpa kendala teknis. Tahap ketiga Pengumpulan Data. Kuesioner disebar secara daring kepada mahasiswa aktif UMS melalui grup *WhatsApp*, media sosial, serta dengan dukungan organisasi kemahasiswaan (BEM, IMM, DPM). Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Februari 2026. Selama proses berlangsung, peneliti secara berkala memantau jumlah responden melalui fitur *Responses* pada *Google Form*. Pengolahan dan Analisis Data. Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis menggunakan perangkat lunak Jamovi versi 2.6.44 dan JASP versi 0.96.0.0.

2.5 Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, terlebih dahulu dilaksanakan tiga uji asumsi klasik berikut: uji normalitas, bertujuan memastikan bahwa residual model regresi berdistribusi normal sehingga estimasi parameter memenuhi syarat *Best Linear Unbiased Estimator* (BLUE) (Suariani & Yudiantara, 2021). Pengujian dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* (K-S) atau *Shapiro-Wilk* serta pendekatan grafis (histogram dan Normal P-Plot), dengan kaidah keputusan nilai signifikansi (*Asymp. Sig.*) $> 0,05$ menunjukkan distribusi normal. Uji Linearitas, bertujuan memastikan bahwa hubungan antara variabel independen dan dependen membentuk pola garis lurus, sehingga koefisien regresi yang dihasilkan bersifat valid dan tidak bias (Khedidja & Moussa, 2022). Pemeriksaan dilakukan melalui *scatter plot* atau grafik residual terhadap nilai prediksi. Uji Multikolinieritas, bertujuan memastikan tidak terdapat korelasi yang sangat tinggi antar variabel independen dalam model regresi berganda, agar estimasi koefisien tetap stabil dan dapat diinterpretasikan secara akurat (Tsagris & Pandis, 2021). Deteksi dilakukan melalui nilai *Variance Inflation Factor* (VIF), di mana nilai VIF > 10 mengindikasikan adanya multikolinieritas. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda, yakni metode statistik yang mampu memprediksi dan menjelaskan hubungan antara satu variabel dependen dengan dua atau lebih variabel independen secara simultan (Lai & Gao, 2023). Metode ini dipilih karena sesuai

dengan tujuan penelitian yang ingin menguji pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* secara bersama-sama terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau UMS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

3.1.1 Deskripsi Partisipan

Penelitian ini melibatkan 197 responden yang merupakan mahasiswa rantau aktif UMS yang berasal dari luar Pulau Jawa. Proses pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Februari 2026 melalui kuesioner daring berbasis *Google Form*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan kriteria inklusi mahasiswa aktif program sarjana (S1) UMS berusia 18–24 tahun yang sedang menempuh studi di luar daerah asal. Adapun gambaran demografis seluruh responden disajikan secara rinci pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden Penelitian (N = 197)

Variabel	Kategori	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	76	38,6%
	Perempuan	121	61,4%
Usia	17 tahun	1	0,5%
	18 tahun	16	8,1%
	19 tahun	29	14,7%
	20 tahun	36	18,3%
	21 tahun	59	29,9%
	22 tahun	36	18,3%
	23 tahun	14	7,1%
	24 tahun	6	3,0%
Semester	1	5	2,5%
	2	33	16,8%
	4	44	22,3%
	6	46	23,4%
	8	40	20,3%
	Lainnya	29	14,7%
Fakultas	Psikologi	41	20,8%
	Teknik	36	18,3%
	Ekonomi & Bisnis	33	16,8%
	Kedokteran	14	7,1%
	Hukum & Ilmu Politik	16	8,1%
	Lainnya	57	29,0%

Berdasarkan Tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa responden didominasi oleh mahasiswa perempuan sebanyak 121 orang (61,4%), sementara mahasiswa laki-laki berjumlah 76 orang (38,6%). Dari sisi usia, responden terbanyak berusia 21 tahun (29,9%), diikuti usia 22 dan 20 tahun masing-masing sebesar 18,3%. Hal ini mencerminkan bahwa mayoritas responden berada pada fase perkembangan dewasa awal (*emerging adulthood*), yaitu periode transisi yang rentan terhadap

permasalahan penyesuaian diri (Arnett, 2000 dalam Permana & Sulastri, 2025).

Ditinjau dari semester, distribusi terbesar berada pada semester enam (23,4%) dan semester empat (22,3%), menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada di pertengahan masa studi fase di mana tantangan adaptasi sosial dan akademik masih cukup signifikan. Dari aspek fakultas, responden berasal dari beragam program studi, dengan proporsi terbesar dari Fakultas Psikologi (20,8%) dan Teknik (18,3%). Keragaman latar belakang akademik ini memperkuat representativitas sampel dalam menggambarkan fenomena penyesuaian diri mahasiswa rantau UMS secara menyeluruh.

3.1.2 Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran awal mengenai sebaran data pada masing-masing variabel penelitian, yaitu penyesuaian diri, *culture shock*, dan *self-esteem*. Ringkasan hasil statistik deskriptif disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Statistik	Penyesuaian Diri	Culture Shock	Self-Esteem
N	197	197	197
Mean	71,2	80,6	65,1
Median	75	80	63
Std. Deviasi	12,4	12,6	8,23
Minimum	32	51	51
Maksimum	95	111	93

Berdasarkan Tabel 2, variabel penyesuaian diri memiliki rerata empirik sebesar 71,2 dengan standar deviasi 12,4. Variabel *culture shock* menunjukkan rerata empirik 80,6 (SD = 12,6), sedangkan variabel *self-esteem* memiliki rerata empirik 65,1 (SD = 8,23). Untuk memetakan posisi skor responden secara normatif, kategorisasi data dilakukan menggunakan tiga tingkatan mengacu pada norma hipotetik (Azwar, 2023), sebagaimana tersaji pada Tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Data Variabel Penelitian

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Penyesuaian Diri	Tinggi	155	78,68%
	Sedang	23	11,68%
	Rendah	19	9,46%
Culture Shock	Tinggi	57	28,93%
	Sedang	127	64,47%
	Rendah	13	6,60%
Self-Esteem	Tinggi	52	26,40%
	Sedang	124	62,94%
	Rendah	21	10,66%

Tabel 3 memperlihatkan bahwa mayoritas responden (78,68%) memiliki tingkat penyesuaian diri yang tergolong tinggi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hunowo dan Pratisti (2024) yang mendapati bahwa sebagian besar mahasiswa rantau UMS memiliki kemampuan penyesuaian diri yang memadai. Adapun variabel *culture shock* mayoritas berada pada kategori sedang (64,47%), yang mengindikasikan bahwa mahasiswa masih mengalami ketidaknyamanan akibat perbedaan budaya namun dalam taraf yang tidak ekstrem. Variabel *self-esteem* pun serupa sebagian besar responden (62,94%) berada pada kategori sedang, menunjukkan penilaian diri yang cukup positif namun belum sepenuhnya optimal.

3.1.3 Pengecekan Asumsi

Sebelum melaksanakan uji hipotesis, dilakukan pengecekan terhadap asumsi-asumsi klasik regresi linier berganda, meliputi uji normalitas, linearitas, dan multikolinieritas. Rekapitulasi hasil ketiga uji asumsi tersebut disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Rekapitulasi Hasil Uji Asumsi Klasik

Uji Asumsi	Statistik / Nilai	Nilai Acuan	Kesimpulan
Normalitas (Shapiro-Wilk)	$p = 0,966$	$p > 0,05$	Terpenuhi
Multikolinieritas VIF (CS)	$VIF = 1,10$	$VIF < 10$	Terpenuhi
Multikolinieritas VIF (SE)	$VIF = 1,10$	$VIF < 10$	Terpenuhi
Linearitas (Q-Q Plot)	Pola Linear	Linier	Terpenuhi

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk* menunjukkan nilai $p = 0,966 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa residual model berdistribusi normal dan asumsi normalitas terpenuhi. Uji multikolinieritas menghasilkan nilai VIF sebesar 1,10 untuk kedua variabel prediktor *culture shock* dan *self-esteem*, jauh di bawah ambang batas 10 (Tsagris & Pandis, 2021), sehingga tidak terdapat gejala multikolinieritas. Hasil inspeksi Normal Q-Q Plot juga menunjukkan pola sebaran titik yang cenderung linier mengikuti garis diagonal, mengindikasikan bahwa asumsi linearitas telah terpenuhi. Dengan demikian, seluruh asumsi klasik telah dipenuhi dan analisis regresi linier berganda dapat dilanjutkan.

3.1.4 Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda untuk menguji pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* secara simultan maupun parsial terhadap penyesuaian diri. Hasil analisis disajikan pada Tabel 5 dan Tabel 6 berikut.

Tabel 5. Hasil Uji Model Fit (Uji Simultan)

R	R ² (Koefisien Determinasi)
0,366	0,134

Tabel 5 menunjukkan nilai koefisien korelasi berganda (R) sebesar 0,366 dan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,134. Hasil ini mengindikasikan bahwa secara simultan, variabel *culture shock* dan *self-esteem* secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 13,4% terhadap variasi penyesuaian diri mahasiswa rantau, sedangkan 86,6% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini. Dengan demikian, hipotesis mayor diterima: terdapat pengaruh signifikan antara *culture shock* dan *self-esteem* secara simultan terhadap penyesuaian diri.

Tabel 6. Hasil Uji Koefisien Regresi (Uji Parsial)

Prediktor	Estimate (B)	SE	t	p
Intercept	50,639	8,944	5,662	<.001
Culture Shock	0,006	0,093	0,066	0,947
Self-Esteem	0,395	0,161	2,462	0,018*

Berdasarkan Tabel 6, hasil uji parsial memperlihatkan bahwa variabel *culture shock* memiliki nilai koefisien regresi (B) = 0,006 dengan nilai signifikansi $p = 0,947 > 0,05$. Artinya, secara parsial *culture shock* tidak berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri, sehingga hipotesis minor pertama ditolak. Sebaliknya, variabel *self-esteem* menunjukkan koefisien regresi (B) = 0,395 dengan nilai signifikansi $p = 0,018 < 0,05$. Hal ini bermakna bahwa secara parsial, *self-esteem* berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri, sehingga hipotesis minor kedua diterima. Persamaan regresi yang dihasilkan adalah sebagai berikut:

$$Y = 50,639 + 0,006 X_1 + 0,395 X_2$$

di mana Y = Penyesuaian Diri, X_1 = *Culture Shock*, dan X_2 = *Self-Esteem*.

3.2 PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, ditemukan bahwa secara simultan kedua variabel prediktor tersebut berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri dengan kontribusi sebesar 13,4% ($R^2 = 0,134$). Secara parsial *self-esteem* hanya memberikan pengaruh signifikan dan positif, sementara *culture shock* tidak berpengaruh signifikan. Temuan ini akan dibahas secara mendalam pada uraian berikut.

3.2.1 Pengaruh Simultan *Culture Shock* dan *Self-Esteem* terhadap Penyesuaian Diri

Hasil analisis menunjukkan bahwa secara simultan, *culture shock* dan *self-esteem* berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau UMS. Temuan ini memperkuat pandangan teoretis yang menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan konstruk multidimensional yang tidak hanya dipengaruhi oleh tekanan eksternal (seperti perbedaan budaya), melainkan juga oleh kualitas

psikologis internal individu (Schneiders, 1960). Kontribusi model sebesar 13,4% memang tergolong sedang, namun hal tersebut dapat dipahami mengingat penyesuaian diri adalah fenomena kompleks yang turut dipengaruhi oleh banyak variabel lain, seperti dukungan sosial, regulasi diri, harapan, dan karakteristik lingkungan kampus (Andre & Huwae, 2022; Pratiwi dkk., 2025).

Secara teoritis, keterkaitan antara *culture shock*, *self-esteem*, dan penyesuaian diri dapat dijelaskan melalui dinamika psikologis yang terjadi saat individu memasuki lingkungan baru. Mahasiswa rantau menghadapi perbedaan nilai, norma, bahasa, dan kebiasaan yang dapat memicu ketegangan psikologis (Oberg, 1960). Dalam kondisi demikian, *self-esteem* berperan sebagai *buffer* internal yang membantu individu mempertahankan kepercayaan diri dan keterbukaan terhadap perubahan budaya (Almukdad & Karadag, 2024). Interaksi antara kedua variabel ini secara bersama-sama menentukan seberapa efektif seorang mahasiswa mampu beradaptasi dengan lingkungan barunya.

3.2.2 Pengaruh *Culture Shock* terhadap Penyesuaian Diri

Secara parsial, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *culture shock* tidak berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri ($B = 0,006$; $p = 0,947$). Temuan ini berbeda dengan sejumlah penelitian terdahulu yang menemukan korelasi negatif signifikan antara *culture shock* dan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau (Permatasari & Sari, 2023; Wahyuni & Afrida, 2024; Ayub dkk., 2024).

Ketidaksignifikanan pengaruh *culture shock* dalam penelitian ini dapat dijelaskan oleh beberapa faktor. Pertama, konteks penelitian ini bersifat *domestic* mahasiswa rantau yang berasal dari luar Pulau Jawa tetap berada dalam bingkai kebudayaan Indonesia, berbagi bahasa nasional, nilai-nilai Pancasila, dan sistem pendidikan yang serupa. Tingkat perbedaan budaya yang relatif lebih rendah dibandingkan konteks lintas negara menyebabkan dampak *culture shock* menjadi lebih moderat dan lebih mudah diatasi (Saputri dkk., 2024). Kedua, data kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden (64,47%) mengalami *culture shock* pada taraf sedang. Ini berarti sebagian besar mahasiswa tidak mengalami guncangan budaya yang parah, sehingga dampaknya terhadap penyesuaian diri tidak cukup kuat untuk mencapai signifikansi statistik. Ketiga, temuan ini sejalan dengan perspektif kontemporer yang memandang *culture shock* bukan semata sebagai hambatan, melainkan sebagai fase transisi yang dapat berujung pada adaptasi yang lebih matang apabila ditopang oleh kekuatan psikologis yang memadai (Anderson, 2021 dalam Hutasoit dkk., 2024).

Meskipun *culture shock* tidak berpengaruh secara langsung dan signifikan terhadap penyesuaian diri dalam penelitian ini, fenomena *culture shock* tetap tidak dapat diabaikan begitu saja. Sebanyak 28,93% responden masih berada pada kategori *culture shock* tinggi, dan secara teoritik kondisi ini tetap memiliki potensi untuk menghambat adaptasi apabila tidak ditangani secara tepat. Hal ini

mengimplikasikan perlunya program intervensi preventif dari pihak institusi kampus, seperti orientasi budaya dan program pengenalan lingkungan yang komprehensif bagi mahasiswa baru dari luar daerah.

3.2.3 Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Penyesuaian Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri ($B = 0,395$; $p = 0,018$). Artinya, semakin tinggi *self-esteem* seorang mahasiswa, semakin baik pula kemampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perantauan. Temuan ini konsisten dengan sejumlah penelitian terdahulu yang menegaskan peran sentral *self-esteem* dalam proses adaptasi individu (Puspita dkk., 2024; Wu dkk., 2024; Embang & Purnamasari, 2024). Secara mekanistik, *self-esteem* memengaruhi penyesuaian diri melalui dua aspek utama, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri (Rosenberg dkk., 1989). Mahasiswa dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi mampu mengenali kekuatan dan kelemahan dirinya secara realistis, sehingga lebih adaptif dalam menghadapi tantangan lingkungan baru (Agustina & Valentina, 2023). Sementara itu, penghormatan diri yang kuat membekali individu dengan kepercayaan diri yang diperlukan untuk membangun relasi sosial yang positif, berani mengambil inisiatif, serta tidak mudah menyerah menghadapi kesulitan (Yudistiara dkk., 2024).

Hasil ini juga mendukung temuan Wu dkk. (2024) yang menemukan bahwa *self-esteem* tidak hanya memengaruhi penyesuaian diri secara langsung, tetapi juga melalui jalur tidak langsung via dukungan sosial dan rasa keterikatan dengan lingkungan kampus. Mahasiswa dengan *self-esteem* yang baik cenderung lebih proaktif membangun jaringan pertemanan, lebih terbuka terhadap kegiatan kemahasiswaan, dan lebih fleksibel dalam menyikapi perbedaan budaya di lingkungan barunya. Kondisi ini menciptakan siklus adaptasi yang positif: *self-esteem* yang tinggi mendorong keterlibatan sosial yang lebih aktif, yang pada gilirannya memperkuat pengalaman positif dan semakin meningkatkan kemampuan penyesuaian diri.

Temuan penting ini memiliki implikasi praktis yang signifikan bagi perguruan tinggi. Universitas disarankan untuk mengembangkan program penguatan *self-esteem* bagi mahasiswa rantau melalui berbagai pendekatan, antara lain, yang pertama layanan konseling kelompok yang berfokus pada pengembangan citra diri positif, kedua pelatihan regulasi emosi dan ketangguhan mental (*resilience training*), ketiga program mentoring yang menghubungkan mahasiswa baru dengan senior yang telah berhasil beradaptasi, serta yang terakhir kegiatan interkultural yang mendorong penghargaan terhadap keberagaman budaya di lingkungan kampus.

3.2.4 Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu

Ditinjau dari aspek pengaruh simultan, hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Juliantika dan Darmawanti (2024) yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dan mengalami tingkat *culture shock* yang lebih rendah. Temuan ini juga selaras dengan penelitian Almukdad dan Karadag (2024) pada mahasiswa internasional di Turki yang menemukan bahwa faktor internal individu seperti *self-efficacy* yang secara konseptual berkaitan erat dengan *self-esteem* secara bersama-sama dengan kemampuan adaptasi sosiokultural berkontribusi dalam mengurangi dampak *culture shock*.

Adapun perbedaan dengan penelitian terdahulu yang menemukan pengaruh signifikan *culture shock* terhadap penyesuaian diri (misalnya, Wahyuni & Afrida, 2024; Permatasari & Sari, 2023) kemungkinan besar disebabkan oleh perbedaan konteks subjek penelitian. Penelitian tersebut dilaksanakan pada populasi mahasiswa rantau lintas provinsi dengan latar budaya yang lebih beragam (misalnya dari Pulau Jawa ke Sumatera, atau sebaliknya), sehingga guncangan budaya yang dialami lebih intens dan lebih berpengaruh terhadap kemampuan adaptasi. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Andre dan Huwae (2022) menunjukkan bahwa peran dukungan sosial dalam adaptasi lintas budaya bersifat tidak selalu signifikan tergantung pada konteks, yang semakin memperkuat argumen bahwa faktor internal seperti *self-esteem* dapat menjadi determinan yang lebih dominan dalam konteks perantauan domestik.

3.2.5 Keterbatasan Penelitian dan Rekomendasi Pengembangan

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu dicermati. Pertama, nilai reliabilitas skala *culture shock* (*Cronbach's Alpha* = 0,782) masih berada di bawah standar ideal ($\alpha = 0,90$), meskipun masih dalam batas yang dapat diterima. Kondisi ini berpotensi memengaruhi akurasi pengukuran variabel *culture shock*. Kedua, model hanya mampu menjelaskan 13,4% variasi penyesuaian diri, yang mengindikasikan masih terdapat banyak variabel penting lain yang belum dimasukkan dalam penelitian ini, seperti *social support*, *self-regulation*, *coping strategy*, *homesickness*, dan religiusitas. Ketiga, pengumpulan data menggunakan kuesioner daring rentan terhadap bias respons, terutama mengingat populasi penelitian yang spesifik.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, beberapa rekomendasi untuk penelitian selanjutnya diajukan sebagai berikut, yang kesatu menambahkan variabel mediasi atau moderasi, seperti dukungan sosial dan *coping strategy*, untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika penyesuaian diri mahasiswa rantau, kedua menggunakan desain penelitian longitudinal guna mengamati perubahan pola adaptasi dari waktu ke waktu, ketiga memperluas cakupan populasi ke perguruan tinggi lain di berbagai kota di Indonesia untuk meningkatkan generalisabilitas temuan, serta keempat mempertimbangkan pendekatan *mixed methods* yang menggabungkan data kuantitatif

dengan data kualitatif mendalam guna memperoleh pemahaman yang lebih holistik tentang pengalaman adaptasi mahasiswa rantau.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi empiris yang bermakna bagi pengembangan kajian psikologi lintas budaya dan adaptasi mahasiswa di Indonesia, serta menawarkan rekomendasi praktis yang dapat diimplementasikan oleh institusi pendidikan tinggi dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau.

PENUTUP

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *culture shock* dan *self-esteem* terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berdasarkan analisis regresi linier berganda terhadap 197 responden, diperoleh tiga kesimpulan utama sebagai berikut.

Pertama, secara simultan, *culture shock* dan *self-esteem* bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau. Kedua variabel ini secara bersama-sama mampu menjelaskan 13,4% variasi kemampuan penyesuaian diri ($R^2 = 0,134$), sementara 86,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diikutsertakan dalam model penelitian ini. Meskipun kontribusinya tergolong moderat, temuan ini secara teoritis menegaskan bahwa penyesuaian diri mahasiswa rantau merupakan fenomena psikologis yang kompleks dan multidimensional, yang tidak dapat dijelaskan secara memadai hanya melalui dua prediktor.

Kedua, secara parsial, *culture shock* tidak terbukti berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau Universitas Muhammadiyah Surakarta ($p = 0,947$). Temuan ini dapat dipahami dalam konteks bahwa mahasiswa rantau domestik yang berbagi bahasa nasional dan nilai-nilai kebangsaan yang sama menghadapi jarak budaya yang relatif lebih sempit dibandingkan mahasiswa internasional, sehingga dampak psikologis *culture shock* tidak cukup kuat untuk secara langsung menghambat proses penyesuaian diri. Kondisi ini selaras dengan pandangan bahwa intensitas *culture shock* sangat dipengaruhi oleh jarak budaya, karakteristik individu, dan ketersediaan dukungan sosial di lingkungan yang baru.

Ketiga, secara parsial, *self-esteem* terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa rantau ($\beta = 0,395$; $p = 0,018$). Artinya, semakin tinggi penilaian positif individu terhadap diri sendiri, semakin baik pula kemampuannya dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial, akademik, dan budaya yang baru. Temuan ini menegaskan peran sentral faktor psikologis internal khususnya *self-esteem* sebagai sumber daya adaptif yang memungkinkan mahasiswa rantau menghadapi berbagai tantangan kehidupan di perantauan secara lebih efektif dan resilien.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya penguatan dimensi psikologis internal dalam mendukung keberhasilan adaptasi mahasiswa rantau. Oleh karena itu, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diajukan. Bagi mahasiswa rantau, disarankan untuk secara proaktif mengembangkan *self-esteem* yang positif melalui pembiasaan pola pikir adaptif, perluasan jejaring sosial lintas budaya, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan kemahasiswaan yang dapat memperkuat rasa memiliki terhadap lingkungan kampus. Bagi pihak universitas, khususnya Universitas Muhammadiyah Surakarta, penelitian ini merekomendasikan pengembangan program orientasi mahasiswa baru yang lebih terstruktur dan berbasis psikologis, seperti konseling kelompok, pelatihan regulasi emosi, dan program pendampingan (*mentoring*) interkultural, yang dirancang secara khusus untuk memperkuat *self-esteem* dan memfasilitasi proses penyesuaian diri mahasiswa rantau sejak awal masa studi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas model penelitian dengan memasukkan variabel-variabel lain yang secara teoritis relevan, seperti *social support*, *coping strategy*, *self-efficacy*, regulasi emosi, atau identitas budaya, guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif dan menyeluruh mengenai dinamika penyesuaian diri mahasiswa rantau di lingkungan perguruan tinggi Indonesia.

PERSANTUNAN

- Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, dan kesehatan dalam setiap tahap pengerjaan skripsi ini. Hanya dengan izin dan pertolongan-Nya, penulis mampu melewati berbagai tantangan hingga berhasil menyelesaikan karya ini. Segala puji hanya milik-Mu, ya Allah.
- Diri sendiri, Aicha Nurjanah, yang telah berjuang keras, tetap bertahan, dan tidak menyerah meski menghadapi berbagai kesulitan. Terima kasih atas kepercayaan dan tekad yang kuat, bukti nyata bahwa kerja keras tidak pernah mengecewakan.
- Ibu, Alm ayah, kakak, dan adek tercinta, sebagai sumber kekuatan terbesar dalam hidup penulis. Terima kasih atas doa yang tak pernah putus, pengorbanan yang tak terhingga, dan kasih sayang tanpa batas. Kalian adalah alasan utama penulis untuk terus berusaha mencapai keberhasilan. Semoga Allah SWT selalu melindungi dan memberkati kalian.
- Bapak Aad Satria Permadi, S.Psi., M.A., Ph.D., dosen pembimbing yang sabar, tulus, dan penuh dedikasi membimbing penulis dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini. Setiap arahan, masukan, dan ilmu yang diberikan sangat berarti. Terima kasih atas waktu dan perhatian yang telah Bapak berikan. Semoga Allah SWT membalas kebaikan Bapak dengan keberkahan yang melimpah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, L. A. (2024). *Metode penelitian kuantitatif: Konsep dan aplikasi*. Mega Press Nusantara.
- Agustina, E., & Debora Valentina, T. (2023). Penerimaan diri penyandang disabilitas fisik pasca-lahir. *Psychopreneur Journal*, 7(1), 29–45. <http://bk.ppj.unp.ac.id/index.php/aipatekin/index>
- Aldheminol De, G., Wahyudi Utomo, A., & Amalia Yanuartha, R. (2024). Hubungan interaksi sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa etnis Ruma Sulteng di Kampus Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Journal of Social Science Research*, 4, 895–904. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Almukdad, M., & Karadag, E. (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). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01641-9>
- Andryana Nelsy. (2024). *Hubungan social comparison dengan self-esteem wanita dewasa awal pengguna Instagram* [Skripsi].
- Ayub, M., Mehmood, H., & Nazir, A. (2024). The impact of culture shock and psychological adjustment on mental well-being in international students. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 12(2). <https://doi.org/10.52131/pjhss.2024.v12i2.2120>
- Azwar, S. (2023). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Baneviciene, I., Andresen, M., & Kumpikaite-Valiuniene, V. (2024). Assessing the status quo of international employees' adjustment research, 1990–2022: A review and future research agenda. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1). <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03098-y>
- Embang, B. J., & Purnamasari, S. E. (2024, August). The correlation between self-esteem and subjective well-being in late adolescents. In *Proceeding International Conference on Psychology* (pp. 166-175). <https://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/ICoP/article/view/4104>
- Herlambang, H., Saputra, N. E., Supian, S., Iranda, A., & Rahman, M. A. (2021). Studi deskriptif tentang dampak Covid-19 terhadap psikologis pada masyarakat Jambi. *PSIKODIMENSIA*, 20(1), 10. <https://doi.org/10.24167/psidim.v20i1.2813>
- Hunowo dan Pratisti. (2024). Korelasi dukungan sosial, penyesuaian diri, dan *loneliness* pada mahasiswa perantau di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hutasoit, I. P. S., Lumintang, G. G., & Pondaag, J. J. (2024). Pengaruh *culture shock*, *human relation* dan efikasi diri terhadap penyesuaian diri mahasiswa Batak di Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal EMBA*, 12(3), 924.
- Islamiyah, A., Sismawati, M., & Kaaloeti, D. V. S. (2020). Pengaruh psikoedukasi *mindfulness* singkat pada kemampuan regulasi emosi mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 89. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.9444>
- Juliantika, R. D., & Darmawanti, I. (2024). Hubungan Antara Gelar Budaya Dengan Resiliensi Diri Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Luar Jawa. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(2), 828-843. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/61780>
- Khedidja, D. D., & Moussa, T. (2022). Test for linearity in non-parametric regression models. *Austrian Journal of Statistics*, 51(1), 16–34. <https://doi.org/10.17713/ajs.v51i1.1047>
- Lai, H., & Gao, X. (2023). Modified BIC criterion for model selection in linear mixed models. *Mathematics*, 11(9). <https://doi.org/10.3390/math11092130>

- Mujiyanti, F. A. (2024). *Pengaruh Kompetensi Emosi Terhadap Penyesuaian Diri Remaja Di Pondok Pesantren* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang). <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/7893/>
- Nazhifah, Y. (2022). *Pengaruh culture shock terhadap strategi coping mahasiswa psikologi angkatan 2019/2020 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical anthropology*, (4), 177-182. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/009182966000700405>
- Orzechowski, M., Woniak, K., Timmermann, C., & Steger, F. (2021). Normative framework of informed consent in clinical research in Germany, Poland, and Russia. *BMC Medical Ethics*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12910-021-00622-6>
- Paramitadewi, K. K., & Simarmata, N. (2024). Kesepian pada mahasiswa yang merantau: Sebuah kajian literatur. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*, 6(4), 1–16.
- Permana, F. B., & Sulastri, A. (2025). Quarter life crisis in emerging adulthood. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 14(2), 187–195. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2>
- Permatasari, D., & Sari, E. K. W. (2023). Pengaruh gear budaya terhadap interaksi sosial dan penyesuaian diri mahasiswa perantau Program Studi Bimbingan dan Konseling. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 8(2), 63–69. <https://doi.org/10.21067/jki.v8i2.8681>
- Pratiwi, S., Astuti, B., Kasmi, K., & Saraswati, M. L. (2025). The influence of self-regulation, homesickness, and culture shock on migrant students' self-adjustment. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*, 6(1), 33–43. <https://doi.org/10.46843/jiecr.v6i1.1946>
- Puspita, A., Yuono, O., & Aristawati, A. R. (2024). Penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di ekslokalisasi: Apakah self-esteem berhubungan dengan penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di ekslokalisasi? *Jurnal Psikologi*, 2, 137–144.
- Putri dkk. (2025). Well-being in a foreign land: A study of foreign students from outside Java. *Psyche 165 Journal*, 18(2), 201–207. <https://jpsy165.org/ojs/index.php/jpsy165/index>
- Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American Sociological Review*, 54(6). <http://www.jstor.org/stable/>
- Saputri, N., Setiawan, R., & Hayat, N. (2024). Proses adaptasi *culture shock* pada mahasiswa rantau FKIP Untirta. *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 7(2), 260–268. <https://doi.org/10.33627/es.v7i2.2775>
- Sathyanarayana, S., & Mohanasundaram, T. (2024). Fit indices in structural equation modeling and confirmatory factor analysis: reporting guidelines. *Asian Journal of Economics, Business and Accounting*, 24(7), 561-577. <https://journalajeba.com/index.php/AJEBA/article/view/1430>
- Schneiders. (1960). *Personal adjustment and mental health*.
- Setyawan, I. (2023). Peran regulasi emosi terhadap penyesuaian diri peserta seleksi Paskibraka Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi*, 19(2). <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.19955>
- Sumantri, B. A. (2025). *Metode penelitian bisnis digital: Definisi, domain, dan dinamika*. Deepublish.
- Tsagris, M., & Pandis, N. (2021). Multicollinearity. *American Journal of Orthodontics and Dentofacial Orthopedics*, 159(5), 695–696. <https://doi.org/10.1016/j.ajodo.2021.02.005>
- Wahyuni, L., & Afrida, Y. (2024). Hubungan culture shock dengan penyesuaian diri mahasiswa baru yang

berasal dari luar Sumatera Barat di Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi. *YASIN: Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya*, 4(5), 1119–1135. <https://doi.org/10.58578/yasin.v4i5.3781>

Wahyuni, L., Julistia, R., Musni, R., & Safitri, Y. N. (2024). Hubungan *culture shock* dengan *coping stress* pada mahasiswa pendatang di Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2). <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>

William Andre, & Arthur Huwae. (2022). Dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa rantau asal Kalimantan di Salatiga. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1249–1258. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawaililmiah.v2i4.4311>

Wu, S., Liu, H., Li, Y., & Teng, Y. (2024). The influence of self-esteem on sociocultural adaptation of college students of Hong Kong, Macao and Taiwan: The chain mediating role of social support and school belonging. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 905–915. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S445042>

Yantoro, Y., Muspawi, M., & Shalahudin, S. (2021). The effect of full day school implementation on learning motivation of elementary school students. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 10(3), 485. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v10i3.32423>

Yudistiara, N. S., Suyati, T., & Widiarto, A. (2024). Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa SMA Institut Indonesia Kota Semarang.

UMS LIBRARY
-TERAKREDITASI A-