

Hubungan Penyesuaian Diri dan Komunikasi Interpersonal dengan *Culture Shock* Mahasiswa Baru dari Luar Pulau Jawa

The Correlation Between Self-Adjustment, Interpersonal Communication, and Culture Shock in New Migrating Students from Outside of Java Island

Usman Nur Wakhid^{1*}, Yayah Khisbiyah¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

F100190035@student.ums.ac.id^{1*}, yk115@ums.ac.id²

Abstract. *This research aims to determine the correlation between self-adjustment, interpersonal communication, and culture shock in new students migrating outside Java to "X" University. The population of about 777 and 105 new students was used as a purposive sampling. Data collection used a scale of personal adjustment, interpersonal communication, and culture shock using a Likert scale model. The results of hypothesis testing using multiple linear regression showed $R\ 0.451$; $p\ 0.000 < 0.01$, which means a significant correlation exists between adjustment, interpersonal communication, and culture shock. Furthermore, (1) there is a significant negative correlation between self-adjustment and culture shock ($r\ -0.345$; $p\ 0.000 (p < 0.01)$), (2) there is a significant negative correlation between interpersonal communication and culture shock ($r\ 0.281$; $p\ 0.000 < 0.01$). (3) The effective contribution of personal adjustment and interpersonal communication to culture shock is 20.4%, 12.2% for self-adjustment, and 8.2% for interpersonal communication. The remaining 79.6% is influenced by other variables not studied, including variables of personal adjustment and interpersonal communication. About 69.5% of respondents experienced high-level culture shock. Therefore, the campus can provide psychosocial counseling services for students who experience the negative impacts of culture shock, especially for new overseas students.*

Keywords: *adjustment; culture shock; interpersonal communication; college students*

Abstrak. *Culture shock* adalah perasaan ketidaknyamanan psikis dan fisik karena adanya kontak dengan budaya lain. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan penyesuaian diri, komunikasi interpersonal dengan *culture shock* pada mahasiswa baru perantau luar Pulau Jawa Universitas "X". Populasi berjumlah ±777 dan sampel sebanyak 105 orang, menggunakan *purposive sampling* dengan skala penyesuaian diri, komunikasi interpersonal dan *culture shock* dengan model skala Likert. Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan $r\ 0,451$; $p\ 0,000 < 0,01$, artinya terdapat hubungan signifikan antara penyesuaian diri, komunikasi interpersonal dengan *culture shock*. Selanjutnya terdapat hubungan negatif signifikan antara penyesuaian diri dan *culture shock* ($r\ -0,345$; $p\ 0,000 < 0,01$). Juga, terdapat hubungan negatif signifikan antara komunikasi interpersonal dengan *culture shock* ($r\ -0,281$; $p\ 0,000 < 0,01$). Sumbangan efektif keduanya terhadap *culture shock* sebesar 20,4% dengan rincian penyesuaian diri sebesar 12,2% dan komunikasi interpersonal sebesar 8,2%, 79,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Temuan penelitian menunjukkan 69,5% mahasiswa mengalami *culture shock* yang tinggi. Oleh karenanya, sebaiknya kampus menyediakan layanan konseling psikososial bagi mahasiswa yang mengalami dampak negatif *culture shock* terutama bagi mahasiswa baru perantauan.

Kata Kunci: *culture shock*; komunikasi interpersonal; mahasiswa baru; penyesuaian diri

Pendahuluan

Pendidikan dan sekolah merupakan dua hal sentral yang juga terus bereformasi dari zaman ke zaman dan bermanfaat bagi kehidupan manusia. Hal itu dikarenakan sekolah menjadi salah satu ruang untuk bertumbuh dan berproses dalam menggali ilmu sebanyak-banyaknya. Memang sudah seyogyanya sekolah memberikan akses kepada setiap orang untuk lebih banyak lagi belajar tentang berbagai informasi, mengasah keterampilan lama dan menemukan ketrampilan yang baru. Dewasa ini setiap insan mempunyai kesempatan yang sama untuk mendapatkan pendidikan sejak dini dari muda hingga yang tua. Pendidikan tentunya berjalan seiring dengan tahap perkembangan seorang individu, dan individu tersebut akan mengalami suatu transisi dari satu tahap pendidikan ke tahap pendidikan selanjutnya (Widihapsari & Susilawati, 2018). Salah satu transisi yang dimaksud adalah dari jenjang sekolah ke jenjang perkuliahan, dari statusnya yang sebagai siswa SMA menjadi seorang mahasiswa.

Mahasiswa tahun pertama yang merantau sering menghadapi tantangan terkait perbedaan budaya dan bahasa di lingkungan baru mereka seperti gaya komunikasi, norma-norma sosial, serta perbedaan iklim akademis antara sekolah menengah atas (SMA) ke perguruan tinggi. Hal ini meliputi perbedaan kurikulum, struktur institusi, dan dinamika hubungan antara dosen dan mahasiswa. Oleh karena itu, adaptasi yang efektif sangat penting bagi mahasiswa tahun pertama yang merantau agar mereka bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan akademis yang baru. Sejumlah mahasiswa yang baru saja merantau dan memasuki lingkungan akademis yang berbeda akan mengalami *culture shock*, terutama dalam hal cara berkomunikasi, metode belajar, serta perbedaan penggunaan bahasa dan interaksi sosial (Aguilera & Guerrero, 2016).

Merantau, menurut definisi dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), merupakan perjalanan dari satu tempat ke tempat lain dengan tujuan spesifik seperti pekerjaan, perolehan keterampilan, pengetahuan, dan pengalaman baru. Individu yang meninggalkan daerah asalnya untuk mengejar pendidikan tinggi dengan berbagai jenjang, seperti diploma, sarjana, magister, atau spesialis, dikenal sebagai mahasiswa perantau (Herawati, 2019). Perguruan Tinggi di Pulau Jawa memiliki sarana pendidikan yang lengkap, menjadikannya tujuan utama bagi mahasiswa yang merantau untuk melanjutkan studi. Mahasiswa yang bermigrasi memiliki tujuan untuk memperoleh pendidikan lanjutan di universitas-universitas dengan reputasi baik yang tersebar luas di Pulau Jawa (www.tribun.com, 2017). Menurut informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS) Surakarta, Kota Surakarta atau Solo yang juga dikenal sebagai kota penting di Jawa Tengah berperan dalam pertumbuhan kota-kota besar lainnya seperti Semarang dan Yogyakarta. Luas wilayah Kota Solo adalah 46,72 km² dengan jumlah penduduk tetap sekitar 522,73 jiwa pada tahun 2022 berdasarkan proyeksi sensus penduduk tahun 2021. Di Solo terdapat lebih dari 50

universitas negeri dan swasta yang menarik dan mampu bersaing pandangan bagi mahasiswa dari Jawa maupun daerah lain di luar Jawa (<http://Surakarta.dapodik.org>).

Kota Solo tergolong dalam tiga daerah yang disebut sebagai "Kota Mahasiswa" atau "City of Intellectual". Pemerintah Kota Solo menyatakan bahwa pengakuan tersebut merupakan hasil dari kemajuan perguruan tinggi di wilayah tersebut (www.detiknews.com, 2020). Oleh karena itu, Kota Solo menjadi salah satu destinasi pendidikan yang menarik bagi mahasiswa dari seluruh anak bangsa yang ingin memperoleh pengetahuan. Salah satu perguruan tinggi yang maju di Kota Solo adalah Universitas Muhammadiyah Surakarta. UMS, sebagai perguruan tinggi swasta di Solo didasarkan pada nilai-nilai keislaman, humanisasi, liberalisasi, dan transendensi, serta memiliki kemajuan dalam berbagai bidang ilmu pengetahuan, teknologi, sosial, dan budaya. UMS memiliki 62 program studi mulai dari tingkat sarjana hingga magister, dan hal ini menjadi salah satu alasan mengapa UMS memiliki akreditasi A. Oleh karena itu, tak heran jika UMS menjadi salah satu pilihan kampus yang penting bagi calon mahasiswa baik dari sekup lokal maupun sekup nasional.

Menurut Ward et al., (2020) *culture shock* adalah usaha aktif dalam menghadapi perubahan di lingkungan yang asing. Proses aktif ini melibatkan perasaan, perilaku, dan pemikiran ketika individu berhadapan dengan pengaruh budaya dari lingkungan baru mereka. Gejar budaya erat hubungannya dengan keragaman budaya, termasuk adaptasi terhadap lingkungan baru, norma-norma baru, dan cara hidup baru. *Culture shock*, seperti dijelaskan oleh Rakhmat & Mulyana (2006) adalah rasa kecemasan yang muncul karena kehilangan semua unsur khas atau simbol yang biasanya dikenal dalam hubungan sosial, termasuk kebiasaan sehari-hari. Sebagai contoh kapan dan dalam situasi apa seseorang harus berjabat tangan, apa yang harus dikatakan saat bertemu seseorang, serta bagaimana cara berbelanja; kapan dan di mana sebaiknya tidak memberikan respons.

Aspek-aspek *culture shock* menurut Ward et al., (2020) mencakup: a) Afektif (*Affection*), yang mengacu pada perasaan dan emosi individu, bisa bersifat positif maupun negatif. Orang bisa merasa bingung, takut, ragu, curiga, dan rendah diri saat berada di lingkungan budaya yang baru. Mereka juga mungkin merasa cemas, kurang percaya diri, khawatir akan penipuan atau cedera, merindukan keluarga dan teman-teman, hingga mengalami *homesickness* serta kehilangan identitas diri. b) Perilaku (*Behavior*), aspek perilaku melibatkan sikap individu yang memengaruhi percobaan adaptasi budaya, termasuk kesalahan dalam norma, kebiasaan, dan asumsi yang mempengaruhi komunikasi. Hal ini melibatkan komunikasi verbal dan non-verbal yang berbeda di setiap budaya serta terkait dengan pendidikan budaya, di mana para pendatang memperoleh pengetahuan dan keterampilan sosial untuk bertahan hidup di lingkungan yang baru. Seseorang mungkin mengalami kesulitan tidur, keinginan untuk sering buang air kecil, ketidaknyamanan fisik, dan penurunan nafsu makan. Dalam situasi ini, individu yang kurang teredukasi akan mengalami kesulitan untuk beradaptasi. Sebagai contoh, mahasiswa yang

memiliki interaksi terbatas dengan individu dari luar lingkungan tempat tinggal atau asal daerah mereka. c) Dimensi Kognitif (*Cognitive*) merupakan hasil dari proses afektif dan perilaku, yaitu perubahan dalam pemikiran individu terkait dengan identifikasi etnis dan nilai-nilai saat berinteraksi dengan budaya yang berbeda. Ketika terjadi pertemuan budaya, kehilangan hal-hal yang dianggap sebagai hak biasanya tak terhindarkan. Seseorang dapat menunjukkan komentar yang negatif, kesulitan dalam menggunakan bahasa dari kelompok etnis yang berbeda, memiliki fokus yang terbatas dalam pemikiran, serta menghadapi kesulitan dalam interaksi sosial. Sebagai individu imigran penting untuk memahami dan terus memperhatikan budaya-budaya yang ada dengan penduduk lokal. Pembelajaran terkait budaya lain melibatkan konsep identifikasi terhadap nilai dan perilaku. Ketiga dimensi ini menjadi dasar bagi para peneliti dalam merumuskan skala *culture shock*, yang mencakup dimensi afektif, perilaku, dan kognitif.

Menurut Parrillo, (2008) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi *culture shock* termasuk: a) Faktor Interpersonal, melibatkan aspek keterampilan komunikasi, pengalaman dalam konteks lintas budaya, tingkat toleransi atau independensi, dan akses ke sumber daya. Faktor-faktor fisik seperti jenis kelamin, usia, penampilan, kesehatan, dan kemampuan dalam berinteraksi juga turut berperan. b) Variasi budaya, saat individu mengalami transisi dari satu budaya ke budaya lainnya. *Culture shock* lebih mungkin terjadi ketika individu menghadapi budaya yang semakin berbeda. Ini mencakup kebiasaan, perilaku individu, aspek sosial, sistem pendidikan, agama, bahasa, dan norma-norma masyarakat. Semakin besar perbedaan budaya tersebut, semakin sulit bagi individu untuk berinteraksi dan membentuk hubungan yang seimbang (Bochner, 2003). Tingkat perbedaan budaya yang signifikan juga dapat mengurangi interaksi sosial antara mahasiswa (DiLallo & Lindkvist, 1996). c) Faktor manifestasi sosial-politik, yang juga turut memengaruhi *culture shock*. Lingkungan budaya baru bisa memunculkan prasangka, stereotip, dan intimidasi. Prasangka ini muncul karena lingkungan baru tersebut berbeda dari budaya asal individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Hadawiah, (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa yang merantau ke Yogyakarta mengalami *culture shock*, yang disebabkan oleh dua faktor utama. Faktor internal, seperti perasaan kesepian, kekecewaan, dan kesulitan dalam perbedaan bahasa di suatu wilayah, terutama jika wilayah tersebut umumnya menggunakan bahasa Jawa dalam interaksi sehari-hari sementara mahasiswa pendatang menggunakan bahasa Indonesia, bisa menjadi penyebab tingginya tingkat *culture shock* saat kemampuan interpersonal rendah. Selain itu, faktor eksternal lainnya yang memengaruhi *culture shock* termasuk aspek makanan, bahasa, dan budaya. Dari paparan tersebut dapat disimpulkan bahwa *culture shock* adalah respons individu terhadap ketidaknyamanan psikologis dan emosional ketika berada di lingkungan baru atau menghadapi perubahan nilai-nilai yang berlaku di lingkungan baru, yang bisa berdampak negatif. Hal ini bisa mengakibatkan efek seperti kesalahpahaman perasaan atau pikiran, perasaan

tidak berdaya, kecemasan, kemarahan, rasa takut akan pengkhianatan, kegelisahan, dan dorongan yang kuat untuk kembali ke lingkungan asal. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *culture shock* adalah reaksi individu terhadap perasaan tidak nyaman baik secara psikologis maupun emosional ketika memasuki lingkungan baru atau terhadap perubahan nilai normal di lingkungan baru, yang dapat berdampak negatif bagi aktivitas kesehariannya.

Culture shock merupakan fenomena yang mencerminkan reaksi psikologis dan emosional yang dialami individu ketika menghadapi ketidaknyamanan di lingkungan baru. Proses adaptasi ini sering kali menjadi rumit akibat perbedaan norma, bahasa, dan kebiasaan yang berlaku di tempat tersebut, yang bisa memicu rasa asing dan ketidakpastian. Ketidakmampuan untuk beradaptasi dapat menghasilkan sejumlah efek negatif, seperti kesalahpahaman dalam interaksi sosial dan peningkatan tingkat kecemasan. Selain itu, individu yang mengalami *culture shock* mungkin merasakan dorongan kuat untuk kembali ke lingkungan asalnya, yang dapat menimbulkan ketidakstabilan mental. Kondisi ini berpotensi mengganggu kemampuan individu untuk berinteraksi dan berfungsi secara efektif dalam masyarakat baru, sehingga memengaruhi kualitas hidup dan keseharian mereka.

Amalia (2020) menyatakan bahwa adaptasi merujuk pada usaha individu dalam menghadapi perubahan di lingkungan baru dengan tujuan mencapai keselarasan antara kebutuhan internal dan harapan dari lingkungan tersebut. Adaptasi dapat diartikan sebagai upaya manusia untuk mencapai keseimbangan psikologis dan emosional di lingkungan baru yang mereka hadapi. Menurut Sunarto & Hartono, (2002) seseorang yang menjadi *positive change maker* tidak menunjukkan ketegangan emosional yang berlebihan, mekanisme pertahanan diri yang tidak autentik, atau rasa frustrasi pribadi. Mereka memiliki ide-ide yang rasional tentang pengendalian diri, memiliki kemampuan untuk belajar dari pengalaman, dan bersikap realistis serta objektif. Penyesuaian diri adalah suatu proses di mana individu berupaya mengatasi kebutuhan internal, ketegangan, perasaan frustrasi, dan konflik dalam rangka memperoleh harmoni antara tuntutan lingkungan dengan kebutuhan internalnya.

Menurut Schneiders (1964) ada 7 aspek yang terkait dengan adaptasi, termasuk: a) Kemampuan mengendalikan emosi yang berlebihan, di mana individu yang dapat beradaptasi normalnya memiliki kemampuan untuk menahan emosi dalam situasi yang memerlukan penyelesaian. b) Mekanisme pertahanan diri yang minimal, menunjukkan kejujuran dan integritas dalam menghadapi masalah lebih baik daripada reaksi yang diikuti oleh mekanisme pertahanan diri. c) Frustrasi yang minimal, di mana adanya rasa frustrasi tidak membuat individu sulit menanggapi situasi atau masalah yang dihadapi. d) Pengambilan keputusan yang rasional dan manajemen diri, di mana individu memiliki kemampuan untuk merenungkan dan mengatur pikiran, motivasi, perilaku, dan emosi untuk memecahkan masalah. e) Kemampuan belajar dan berkembang, di mana individu yang dapat beradaptasi baik mampu belajar dari pengalaman

sebelumnya untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. f) Pemanfaatan pengalaman sebelumnya, di mana individu mampu mengubah pengalaman pribadi dan orang lain menjadi proses pembelajaran. g) Objektivitas dan realisme, di mana individu mampu menerima situasi dan keadaan secara realistis dan objektif.

Schneiders (1964) mengidentifikasi 6 faktor yang memengaruhi penyesuaian diri, yang meliputi: a) Kondisi fisik, di mana kesehatan tubuh yang prima menjadi prasyarat penting bagi regulasi yang efektif. Ini mencakup faktor genetik, struktur tubuh, sistem saraf, otot, kesehatan umum, serta penyakit kronis, yang dapat menghambat proses adaptasi individu. b) Perkembangan dan Kematangan, yang menunjukkan variasi penyesuaian individu pada tiap tahap perkembangan, seiring dengan evolusi pengaturan diri yang sesuai dengan fase perkembangan seseorang. Ini bukan hanya terjadi melalui pembelajaran, melainkan juga melalui kedewasaan intelektual, sosial, moral, dan emosional manusia. c) Kondisi Psikologis, di mana kesehatan mental memegang peran penting dalam pencapaian penyesuaian diri; oleh karena itu, ketidakpuasan, kecemasan, dan gangguan mental dapat menghalangi adaptasi yang tepat. Kesehatan mental yang baik membantu individu merespons perubahan sesuai dengan keinginan internal dan tuntutan lingkungan. d) Kondisi Lingkungan, mengacu pada lingkungan yang mendukung, aman, damai, penerimaan, pengertian, dan perlindungan, yang memfasilitasi proses adaptasi. Faktor lingkungan yang relevan mencakup lingkungan sekolah, rumah, dan keluarga. e) Tingkat Religiusitas, yang menciptakan suasana psikologis yang meredakan konflik, kelelahan emosional, dan ketegangan psikologis lainnya. Religiusitas memberikan nilai-nilai dan keyakinan yang menawarkan makna, tujuan, dan stabilitas yang dibutuhkan untuk menghadapi tuntutan dan perubahan dalam hidup. f) Kebudayaan, di mana budaya masyarakat membentuk karakteristik dan perilaku individu yang memungkinkan keberhasilan adaptasi atau menjadi hambatan adaptasi yang sulit. Ketika individu baru memasuki lingkungan budaya yang sangat berbeda, mereka mungkin merasa terasing, mengakibatkan perasaan asing terhadap lingkungan tersebut. Oleh karena itu, individu mungkin mulai mempertanyakan budaya yang selama ini mereka jalani dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan asal mereka.

Culture shock, penyesuaian diri, dan komunikasi interpersonal saling terkait erat dalam pengalaman individu yang memasuki lingkungan baru. Ketika seseorang menghadapi *culture shock*, mereka sering mengalami ketidaknyamanan psikologis dan emosional akibat perbedaan norma, bahasa, dan kebiasaan. Proses penyesuaian diri menjadi penting untuk mengatasi tantangan ini, karena individu harus mengembangkan strategi adaptasi yang efektif agar dapat berinteraksi secara produktif dengan orang lain. Komunikasi interpersonal memainkan peran krusial dalam proses ini, karena kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik dapat memfasilitasi pemahaman dan membangun hubungan yang mendukung. Jika individu dapat berkomunikasi secara efektif, mereka lebih mungkin untuk merasakan penerimaan dan

dukungan sosial, yang pada gilirannya membantu mereka menyesuaikan diri dan mengurangi dampak negatif dari *culture shock*.

Komunikasi interpersonal merupakan sarana yang digunakan individu untuk berinteraksi dengan orang lain. Ini melibatkan pemahaman dan penerapan proses pengiriman dan penerimaan pesan, baik secara verbal maupun non-verbal (Wilkins et al., 2015). Komunikasi interpersonal berfokus pada proses komunikasi individu daripada konten verbal. Proses interaktif ini melibatkan pertukaran pesan, baik verbal maupun nonverbal, dan pengalaman dalam komunikasi interpersonal (Flowers, 2020). Interaksi dalam komunikasi interpersonal membawa muatan afektif. Komunikasi jenis ini merupakan pesan-pesan verbal yang disampaikan pengirim pesan kepada penerima, yang meliputi faktor afektif yang diterapkan oleh masing-masing pihak yang berperan aktif dalam proses komunikasi tersebut. Dengan demikian, jelas bahwa proses komunikasi interpersonal melibatkan sisi personal.

Menurut Jefriyanto & Riyanto (2021) perbedaan lingkungan baru dengan lingkungan asal mahasiswa membuat mahasiswa mengalami gegar budaya yang dapat mempengaruhi aktifitas mereka sehari-hari sehingga muncul persepsi yang dapat menghambat proses komunikasi. Dalam hal ini, mahasiswa membutuhkan proses komunikasi interpersonal yang efektif dan bisa dipahami satu sama lain. Menurut DeVito (2001), elemen-elemen yang membentuk komunikasi interpersonal yang berhasil meliputi berbagai aspek: a) Keterbukaan (*openness*) yang mencakup sikap menerima masukan dari orang lain dan berbagi informasi. b) Empati (*empathy*) yang melibatkan kemampuan untuk memahami pengalaman orang lain dan melihat dari sudut pandang mereka. c) Dukungan (*supportiveness*) yang menunjukkan komitmen untuk menjalani interaksi secara terbuka. d) Kepositifan (*positiveness*) di mana komunikasi interpersonal dipenuhi dengan pikiran dan perasaan yang positif. e) Kesamaan (*equality*) yang mengakui nilai dan kepentingan kedua belah pihak, serta saling ketergantungan. Menurut Effendy (2008), faktor-faktor yang memengaruhi komunikasi interpersonal meliputi: lingkungan fisik, lingkungan sosial, dimensi psikologis, dan dimensi waktu yang menentukan situasi yang tepat untuk berkomunikasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu & Arianti (2020) mengatakan bahwasanya 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 di seluruh subskala. Pada penelitian terdahulu menunjukkan adanya korelasi antara penyesuaian diri dengan *culture shock* mahasiswa rantau asal Minang di Universitas Diponegoro (Sari & Rusli, 2019). Penelitian lain mengenai penyesuaian diri dengan *culture shock* menunjukkan adanya hubungan negatif pada mahasiswa Minangkabau (Siregar & Kustanti, 2020). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penyesuaian diri dengan *culture shock* pada

mahasiswa rantau.

Pada penelitian terdahulu sudah cukup banyak yang mengkaji tentang penyesuaian diri dengan *culture shock*. Namun untuk saat ini masih jarang yang mengaitkan secara bersamaan antara variabel penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock*. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini membahas hubungan antara penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock*. Disisi lain alasan peneliti menggunakan subjek mahasiswa yang merantau karena di perantauan terjadi perubahan situasi dan kondisi yang dialami tiap individu. Selain itu responden yang dipakai adalah mahasiswa baru luar pulau Jawa yang belum pernah tinggal di Solo. Riset yang pernah dilakukan sebelumnya dilakukan pada mahasiswa yang berasal dari satu daerah tertentu.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock* pada mahasiswa baru perantau luar Jawa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock* ada perantau luar Jawa. Manfaat penelitian ini dari segi teoritis diharapkan dapat menjadi pondasi bagi pengembangan teori terkait penyesuaian diri, komunikasi interpersonal, dan fenomena *culture shock*. Dari sisi praktis, diharapkan tulisan ini dapat menjadi sumber bacaan yang bermanfaat bagi pembaca, mendorong motivasi untuk menjadi individu yang adaptif dan memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang kuat untuk mengurangi pengalaman *culture shock* ketika berada di lingkungan yang baru.

Metode

Dalam penelitian ini, desain penelitian kuantitatif digunakan untuk memperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti dengan menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan korelasi untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara variabel independen dan variabel dependen berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2010). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Culture Shock (Variabel Y). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Penyesuaian Diri (Variabel X1) dan Komunikasi Interpersonal (Variabel X2).

Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa baru rantau luar Pulau Jawa dengan jumlah ± 788 . Sampel penelitian adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru rantau yang berasal dari luar Jawa berkuliah di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin dengan toleransi kesalahan 10%, maka jumlah sampel yang diperoleh adalah sebanyak 89 responden. Namun, atas saran dari dosen pembimbing, peneliti diminta untuk menginvestigasi dengan jumlah subjek sampel sebanyak 105 responden. Oleh karena itu, peneliti menggunakan

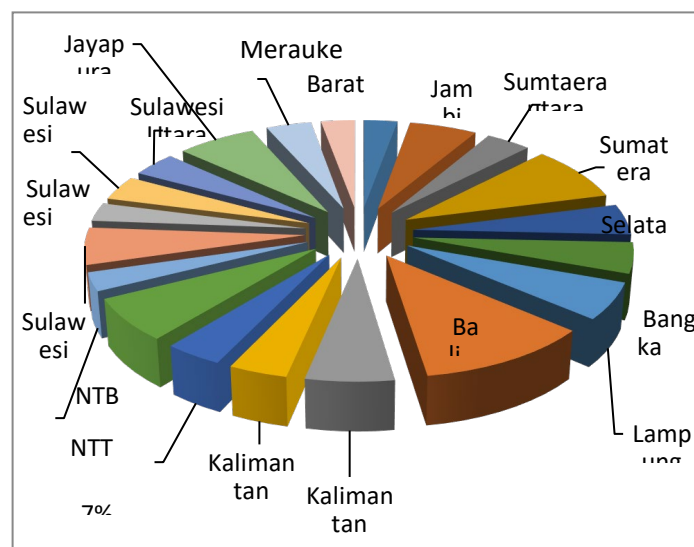
jumlah responden 105 sebagai sampel untuk penelitian ini.

Metode pengambilan data menggunakan angket tertutup melalui link google form. Alat ukur dalam penelitian ini adalah (1) skala culture shock, (2) skala penyesuaian diri, dan (3) skala komunikasi interpersonal dengan model skala likert yang bersifat favorable dan unfavorable, dan terdiri dari kumpulan beberapa pertanyaan sikap tertulis yang dirangkai dan dianalisis menjadi sedemikian rupa sehingga jawaban responden terhadap pertanyaan-pertanyaan tersebut dapat diberi angka (skor) untuk diinterpretasikan. Skala likert terdiri dari lima alternatif jawaban, yaitu: 5 "Sangat Setuju", 4 "Setuju", 3 "Netral", 2 "Tidak Setuju", dan 1 "Sangat Tidak Setuju".

Analisis data dalam penelitian ini adalah regresi linier berganda (*Multiple Linear Regression*). Regresi linier berganda digunakan untuk menguji hubungan antara beberapa variabel independen terhadap variabel dependen. Digunakannya analisis ini untuk mengetahui hubungan dari 2 variabel bebas yaitu penyesuaian diri (X1) dan komunikasi interpersonal (X2) dengan variabel terikat yaitu *culture shock* (Y). Peneliti menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 25. Teknik analisis ini digunakan untuk menguji hubungan antara 3 variabel yaitu hubungan penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock* yang menunjukkan apakah hubungan linear tersebut positif ataupun negatif.

Hasil

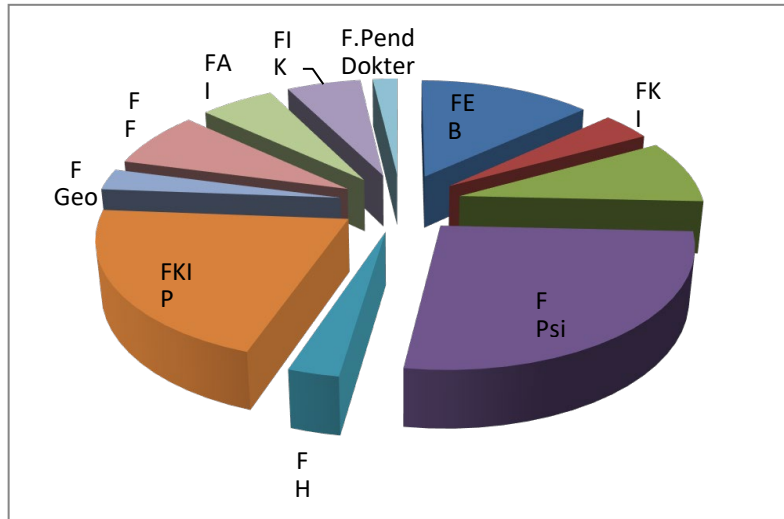
Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa aktif S1 angkatan 2023 Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berasal dari luar pulau Jawa dan berikut ini merupakan gambaran data subjek yang diperoleh sebagai berikut:



Gambar 1
Sebaran Asal Daerah

Pada Gambar 1 dapat diketahui bahwa proporsi responden berdasarkan asal daerah berjumlah 105 mahasiswa. Jumlah proporsi mahasiswa berdasarkan asal daerah atau provinsi

yang menjadi sampel pada penelitian ini berjumlah 20 asal daerah, diantaranya yaitu berasal dari provinsi Bali (11%), Kalimantan Tengah (6%), Kalimantan Barat (4%), Kalimantan Timur (4%), NTB (7%), NTT (3%), Sulawesi Tengah (6%), Sulawesi Tenggara (3%), Sulawesi Selatan (4%), Sulawesi Utara (4%), Jayapura (7%), Merauke (4%), Sumatera Barat (3%), Aceh (3%), Jambi (6%), Sumatera Utara (4%), Sumatera Selatan (9%), Riau (5%), Bangka Belitung (5%), Lampung (6%). Dapat diketahui bahwa subjek pada penelitian ini mayoritas berasal dari provinsi Bali.



Gambar 2
 Sebaran Asal Fakultas

Pada Gambar 3 dapat diketahui bahwa proporsi responden berdasarkan asal Fakultas berjumlah 105 mahasiswa. Jumlah proporsi mahasiswa berdasarkan asal fakultas sampel pada penelitian ini berjumlah 11 fakultas, diantaranya yaitu berasal dari Fakultas Psikologi (27%), Fakultas Hukum (3%), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (21%), Fakultas Geografi (3%), Fakultas Farmasi (7%), Fakultas Agama Islam (6%), Fakultas Ilmu Kesehatan (6%), Fakultas Kedokteran (2%), Fakultas Ekonomi Bisnis (13%), Fakultas Komunikasi Informatika (4%), dan Fakultas Teknik (8%). Dapat diketahui bahwa subjek pada penelitian ini mayoritas berasal dari Fakultas Psikologi.

Tabel 1.
 Uji Normalitas

	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	Sig. 0,200 (p>0,05)	Normal

Hasil pengujian normalitas dalam penelitian ini, yang dapat dilihat pada tabel 1 nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,200 menunjukkan angka yang jauh di atas 0,05, yang mengindikasikan bahwa data residual memiliki distribusi yang normal.

Tabel 2.
Uji Hipotesis

Hipotesis	Signifikansi	Nilai	Keterangan
Mayor	0,000	R= 0,451, F= 13,05	Berhubungan
Minor 1 (penyesuaian diri)	0,000	r = -0,345	Hubungan negatif
Minor 2 (komunikasi interpersonal)	0,001	r = -0,281	Hubungan negatif

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa hasil uji hipotesis dalam penelitian ini terbukti memiliki hubungan negatif yang signifikan yang diperlihatkan dengan nilai r sebesar -0,345 yang artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan *culture shock*, yang berarti hipotesis minor pertama dalam penelitian ini terbukti dan dapat diterima. Kemudian korelasi antara komunikasi interpersonal dengan *culture shock* diketahui sig (*1-tailed*) mendapat nilai 0,000 ($p < 0,01$) dan nilai r sebesar -0,281 sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis minor kedua pada penelitian ini diterima. Kemudian signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) artinya hipotesis terbukti signifikan.

Tabel 3.
Sumbangan Efektif

Variabel	Beta	Koefisien korelasi	R Square	SE
Penyesuaian Diri	-0,353	-0,345	0,204	12,2%
Komunikasi Interpersonal	-0,291	-0,281		8,2%

Berdasarkan data pada tabel 3 dapat diketahui bahwa sumbangan efektif dari variabel penyesuaian diri sebesar 12,2% dan dari variabel komunikasi interpersonal sebesar 8,2%. Sehingga keterkaitan antara kedua variabel bebas (X1 dan X2) dengan variabel dependen (Y) memperoleh nilai R Square sebesar 20,4%. Artinya bahwa sebesar 79,6% *culture shock* dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi korelasi antara variabel X1 yang merujuk pada penyesuaian diri dan X2 yang merupakan komunikasi interpersonal terhadap variabel Y yang merupakan terjadinya *culture shock*. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear berganda, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock*. Nilai F hitung sebesar

13,052 dan koefisien korelasi 0,451 dengan nilai signifikansi $p=0,000$ ($p<0,01$; sangat signifikan), mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan terjadinya *culture shock*, sehingga hipotesis mayor dalam penelitian ini dapat diterima. Analisis data penelitian menunjukkan sumbangan efektif dengan nilai R Square sebesar 0,204 mengindikasikan bahwa penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal memiliki pengaruh sebesar 20,4% terhadap tingkat *culture shock* yang dialami mahasiswa. Artinya, untuk mengurangi tingkat *culture shock* pada mahasiswa, penting bagi mereka untuk melakukan penyesuaian diri dan meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal. Sisanya, sebanyak 79,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak menjadi fokus penelitian. Dari hasil kategorisasi, mahasiswa perantau dari luar Pulau Jawa termasuk dalam kategori tinggi *culture shock* karena mean empirik yang melebihi mean hipotetik $66>63,5$. Analisis menunjukkan bahwa sebanyak 73 (69,5%) mahasiswa mengalami tingkat *culture shock* yang tinggi, 6 (5,7%) mahasiswa mengalami tingkat *culture shock* yang sangat tinggi, 23 (21,9%) mengalami tingkat *culture shock* yang cukup, dan sisanya 3 (2,9%) mengalami tingkat *culture shock* yang rendah.

Culture shock dipengaruhi oleh kemampuan penyesuaian diri. Data menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara penyesuaian diri dengan *culture shock*, ditandai dengan nilai signifikansi $p=0,000$ ($< 0,01$) dan koefisien korelasi -0,345. Dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat penyesuaian diri, maka semakin tinggi tingkat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa yang merantau, atau sebaliknya semakin tinggi tingkat penyesuaian diri, semakin rendah tingkat *culture shock* yang dialami mahasiswa luar Pulau Jawa. Hasil kategorisasi menunjukkan variasi dalam tingkat penyesuaian diri mahasiswa. Sejumlah 1% mahasiswa memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi, 24,8% memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi, 19,2% memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah, 53,3% memiliki tingkat penyesuaian diri yang cukup, dan 21% memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah. Kemampuan untuk beradaptasi dapat meningkatkan perasaan tentram, fleksibilitas, rasa percaya diri, dan harga diri di lingkungan baru, sehingga dapat mengurangi *culture shock* (Bilicha et al., 2019). Namun, dalam proses beradaptasi, seringkali individu, terutama mahasiswa, mengalami hambatan seperti rasa takut atau khawatir untuk bergaul dengan orang baru dan kesulitan berkomunikasi karena perbedaan bahasa (Wardah & Sahbani, 2020). Hipotesis mengenai hubungan negatif antara kemampuan penyesuaian diri dengan *culture shock* pada Mahasiswa luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan korelasi signifikan, yaitu (r) sebesar -0,345 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$). Artinya, semakin tinggi kemampuan penyesuaian diri yang dialami oleh mahasiswa Luar Jawa yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Surakarta, semakin rendah tingkat *culture shock* yang mereka alami. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan hubungan negatif yang signifikan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada

Mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh (Amalia, 2020), serta penelitian oleh Siregar & Kustanti (2020) yang mengungkap adanya hubungan negatif antara gejala *culture shock* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku Minang di Universitas Diponegoro. Hal ini dikarenakan pemahaman mahasiswa bahwa Indonesia memiliki beragam suku dan budaya, memungkinkan mereka untuk beradaptasi dan menghindari *culture shock* (Thariq & Anshori, 2017). Untuk mengatasi *culture shock*, mahasiswa dapat melakukan upaya seperti mempelajari bahasa daerah dan adat istiadat dari tempat yang akan dikunjungi agar dapat berinteraksi dengan lebih mudah dan cepat (Jerikho, 2022).

Komunikasi interpersonal juga merupakan faktor lain yang memengaruhi terjadinya *culture shock* karena menjadi pondasi utama dalam membina interaksi antarindividu (Hadawiah, 2019). Dari hasil uji yang telah dilakukan, terungkap bahwa terdapat korelasi negatif antara tingkat komunikasi interpersonal dan tingkat *culture shock*, yang ditandai dengan signifikansi $p=0,000 (< 0,01)$ dan koefisien korelasi $-0,281$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat komunikasi interpersonal seseorang, semakin tinggi tingkat *culture shock* yang dialaminya sebagai mahasiswa perantau, dan sebaliknya, semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonal, semakin rendah tingkat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa perantau dari luar Pulau Jawa. Analisis kategori menunjukkan bahwa 4 (3,8%) mahasiswa memiliki tingkat komunikasi interpersonal yang dianggap cukup, 73 (69,5%) mahasiswa memiliki tingkat komunikasi interpersonal yang rendah, dan sebanyak 28 (26,7%) mahasiswa memiliki tingkat komunikasi interpersonal yang sangat rendah. Komunikasi interpersonal yang efektif menjadi instrumen penting dalam memperoleh informasi, memahami norma-norma sosial, serta membangun hubungan yang kuat dengan individu lain di lingkungan baru. Hal ini membantu mahasiswa baru dalam memahami konteks budaya yang baru dan beradaptasi dengan lingkungan tersebut dengan lebih baik.

Perbedaan dalam budaya menjadi salah satu faktor yang menyebabkan individu mengalami *culture shock* (Wardah & Sahbani, 2020). Samovar et al., (2010) menguraikan empat tahap adaptasi yang dapat dilalui individu untuk keluar dari situasi sulit, termasuk *culture shock*: a) fase frustrasi, yaitu perasaan kuat yang menghasilkan emosi tak terkendali karena ketidaksesuaian antara kenyataan dan harapan; b) fase penyesuaian ulang, di mana individu mulai menerima realitas dan berupaya mengatasi masalah; c) fase resolusi, merupakan penerimaan sebagian besar kondisi hidup yang memungkinkan individu beradaptasi dengan lingkungannya; d) fase bulan madu, yang merupakan fase akhir dari adaptasi yang menyebabkan perasaan senang, nyaman, dan terbuka terhadap keanekaragaman lingkungan baru. Meskipun demikian, setiap individu mengalami proses adaptasi yang bervariasi sesuai dengan kondisi internal dan eksternalnya (Wardah & Sahbani, 2020). Penelitian terkait hubungan antara adaptasi dengan *culture shock* juga telah dilakukan pada mahasiswa yang merantau di Kota

Surakarta dari Timor Leste hasilnya menunjukkan bahwa perbedaan budaya, bahasa, makanan, dan gaya pakaian menyebabkan stres dalam menghadapi perbedaan tersebut (Jerikho et al., 2022). Untuk mengurangi *culture shock* mereka berusaha beradaptasi dengan cara mempelajari bahasa, menikmati makanan lokal, mengatasi rasa rindu dengan bergaul dengan lingkungan sosial baru, serta menyesuaikan gaya berpakaian sesuai daerah tujuan.

Kesimpulan

Penelitian ini mencatat bahwa ada korelasi negatif antara tingkat penyesuaian diri dan komunikasi interpersonal dengan *culture shock* pada mahasiswa baru luar pulau Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kemampuan adaptasi atau penyesuaian diri serta komunikasi interpersonal mahasiswa, semakin rendah tingkat *culture shock* yang dialami dan sebaliknya, semakin rendah kemampuan adaptasi atau penyesuaian diri serta komunikasi interpersonal, semakin tinggi tingkat *culture shock*. Hasil kategorisasi juga menunjukkan bahwa 53,3% mahasiswa memiliki tingkat adaptasi yang cukup, sementara 69,5% dari mereka memiliki tingkat komunikasi interpersonal yang rendah. Dari kelompok tersebut, 69,5% mengalami *culture shock* dengan tingkat yang tinggi. Selain itu, sumbangan efektif menunjukkan bahwa pengaruh perilaku adaptasi dan komunikasi interpersonal terhadap *culture shock* hanya sebesar 20,4%, sedangkan 79,6% dipengaruhi oleh variabel lain.

Diketahui bahwa 69,5% mahasiswa mengalami *culture shock* pada tingkat yang tinggi. Oleh karena itu, diharapkan Universitas Muhammadiyah Surakarta dapat memberikan fasilitas, seperti promosi dan seminar yang berfokus pada unit kegiatan mahasiswa (UKM). Melalui partisipasi dalam UKM, mahasiswa akan memiliki peluang untuk memperluas jaringan sosial, mengeksplorasi minat mereka, meningkatkan rasa percaya diri, dan sebagainya. Hal ini akan membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan baru. Bagi lingkungan birokrasi kampus bisa secara spesifik menyediakan layanan konseling psikososial bagi mahasiswa yang mengalami dampak negatif gegar budaya terutama bagi mahasiswa baru dan perantau. Bagi mahasiswa perantau, khususnya dari luar Jawa, diharapkan untuk bisa lebih bijaksana dalam membuka diri, memahami, mengatasi, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru serta untuk menghargai budaya baru yang ditemui dalam masyarakat.

Daftar Pustaka

- Aguilera, A., & Guerrero, M. (2016). A brief description of culture shock among Latin American Nationals in South Korea. *Modern Society and Multiculturalism*, 6(1), 120– 136
- Amalia, K. (2020). *Hubungan culture shock dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh*.
- Arikunto, S. (2006). 2010 prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. *Bhineka Cipta*.

- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2009. Reliabilitas Dan Validitas. Pustaka Pelajar.*
- Bilicha, P. N., Bachry, P. N., Rakhmandari, R. A., & Rusdi, A. (2019). Komunikasi interpersonal mahasiswa baru ditinjau dari tawadhu'dan penyesuaian diri. *psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 5(2), 109–118.
- Bochner, S. (2003). Culture shock due to contact with unfamiliar cultures. *Online Readings in Psychology and Culture*, 8(1), 7.
- DeVito, J. (2001). The Interpersonal Communication course. *Basic Communication Course Annual*, 3(1), 1–20.
- DiLallo, J., & Lindkvist, H. L. (1996). Abstracts & Reviews: The five stages of culture shock: critical incidents around the world by Paul Pedersen. 1995. Westport, Connecticut: Greenwood Press. Contributions in Psychology, v. 25. *Transcultural Psychiatric Research Review*, 33(3), 356–358.
- Flowers, R. B. (2020). Psychological perspectives on delinquency. *Kids Who Commit Adult Crimes*, 4(4), 119–126. <https://doi.org/10.4324/9780203048221-15>
- Hadawiah, H. (2019). Fenomena gegar budaya pada mahasiswa perantauan di Universitas Muslim Indonesia. *Al-MUNZIR*, 12(1), 149. <https://doi.org/10.31332/am.v12i1.1310>
- Herawati, A. (2019). Pengaruh pola asuh dan stabilitas emosi terhadap kemandirian mahasiswa perantau. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 201–210. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4774>
- Jefriyanto, J., & Riyanto, D. (2021). Tingkat pemahaman dan minat pengurus dewan kemakmuran masjid terhadap financial technology (Fintech)s. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, 7(1), 75. <https://doi.org/10.29040/jiei.v7i1.1857>
- Jerikho, J. (2022). Proses adaptasi mahasiswa perantauan untuk mengatasi culture shock dalam komunikasi antar budaya (studi kasus mahasiswa yang tergabung dalam organisasi ACETLS Surakarta. *Solidaritas*, 6(1).
- Jerikho, J., Suryo, H., & Riyanto, B. (2022). Proses adaptasi mahasiswa perantauan untuk mengatasi culture shock dalam komunikasi antar budaya. *Solidaritas*, 6(1), 1–23.
- Parrillo, V. N. (2008). *Encyclopedia of social problems*. Sage Publications.
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa fakultas psikologi uksw. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 73–84.
- Rakhmat, J., & Mulyana, D. (2006). Komunikasi antarbudaya: panduan berkomunikasi dengan orang-orang berbeda budaya. *Bandung: Remaja Rosdakarya*.
- Samovar, L. A., Porter, R. E., Stefani, L. A., & Sidabalok, I. M. (2010). *Komunikasi lintas budaya*. Salemba Humanika.
- Sari, L. P., & Rusli, D. (2019). Pengaruh culture shock terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(4).
- Sihotang, K. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku minang di universitas diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 474–490. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21668>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Sunarto, H., & Hartono, N. B. A. (2002). *Perkembangan peserta didik*.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan konseling di Sekolah: Konsep, teori, dan aplikasinya*. Kencana.
- Thariq, M., & Anshori, A. (2017). Komunikasi adaptasi mahasiswa indekos. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 156–173.
- Uchjana Effendy, O. (2008). *Dinamika komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2020). *Psychology culture shock*. Routledge.
- Wardah, & Sahbani, U. D. (2020). Adaptasi mahasiswa terhadap culture shock. *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi (J-KO)*, 2(2), 120–124.

- Widihapsari, I. A. G. K., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru universitas udayana yang berasal dari luar pulau Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 48–62.
- Wilkins, K. G., Bernstein, B. L., & Bekki, J. M. (2015). Measuring communication skills: The STEM interpersonal communication skills assessment battery. *Journal of Engineering Education*, 104(4), 433–453.