



THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND CULTURE SHOCK AMONG OVERSEAS STUDENTS AT MALIKUSSALEH UNIVERSITY

Rini Julistia^{1*}, Yara Andita Anastasya², Widi Astuti³, Leni Maszura⁴, Zurratul Muna⁵, Chindy Novita Rahmadani⁶

^{1,2,3,4,5,6} Department of Psychology at Malikussaleh University
rini.julistia@unimal.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan culture shock pada mahasiswa ratau di Universitas Malikussaleh. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik insedental sampling. Subjek penelitian ini berjumlah 338orang mahasiswa ranta di Universitas Malikussaleh. Teknik pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial yang terdiri dari empat puluh sembilan aitem dan skala culture shock yang terdiri dari dua puluh enam aitem. Hasil penelitian menggunakan analisis spearman's rho dengan nilai (r)= -0,233 dengan signifikansi ($P<0.000$) menunjukkan terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan culture shock yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah culture shock, begitu sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi culture shock pada mahasiswa ranta di Universitas Malikussaleh. Hal ini bermakna bahwa mahasiswa ranta yang mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang lain dapat membantunya agar terhindar dari hal-hal negatif serta mengatasi gejala culture shock.

Kata kunci: Culture Shock; dukungan sosial; mahasiswa ranta

Abstract

This study aims to determine the relationship between social support and culture shock in out-of-town students at Malikussaleh University. This study uses a quantitative research method with a accidental sampling technique. The subjects of this study were 338 out-of-town students at Malikussaleh University. The data collection technique used a social support scale consisting of forty-nine items and a culture shock scale consisting of twenty-six items. The results of the study using Spearman's rho analysis with a value (r) = -0.233 with significance ($P <0.000$) showed a negative relationship between social support and culture shock, meaning that the higher the social support, the lower the culture shock, and vice versa, the lower the social support, the higher the culture shock in out-of-town students at Malikussaleh University. This means that out-of-town students who receive social support from family, friends, and others can help them avoid negative things and overcome the symptoms of culture shock.

Keywords: Culturen Shock; social Support; overseas students

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

* Corresponding author : Rini Julistia

Address : Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

Email : rini.julistia@unimal.ac.id

Phone : +62 822 7221 3532

PENDAHULUAN

Aceh merupakan salah satu daerah istimewa di Indonesia yang memiliki status otonomi khusus, termasuk penerapan syariat Islam dalam kehidupan masyarakatnya. Kebijakan ini telah diatur dalam berbagai regulasi, seperti Qanun Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam Nomor 11 Tahun 2002 yang mewajibkan umat Islam menunaikan ibadah dan menghentikan aktivitas yang dapat mengganggu pelaksanaannya (Rozana, 2020). Contoh implementasinya adalah imbauan Wali Kota Banda Aceh Nomor 451/0923 tentang penghentian aktivitas muamalah menjelang azan, termasuk penutupan toko pada waktu salat yang disahkan pada 31 Juli 2019. Memasuki bulan Ramadhan, pemerintah daerah melalui Forkopimda Banda Aceh juga mengeluarkan seruan bersama yang mengatur tata laksana ibadah, seperti larangan menjual makanan dan minuman pada siang hari serta pembatasan jam operasional tempat hiburan (Nasir, 2024). Aceh, yang dikenal sebagai "Serambi Mekkah," memiliki kebijakan unik lainnya, seperti hukum cambuk, larangan mengenakan pakaian ketat, kewajiban berhijab bagi pramugari, dan pelarangan bioskop (Rezki, 2021).

Meskipun demikian, Aceh tetap mendukung perkembangan pendidikan tinggi. Universitas Malikussaleh merupakan salah satu perguruan tinggi negeri di Aceh yang menarik perhatian banyak mahasiswa, termasuk dari luar daerah. Data Pusat Akademik Universitas Malikussaleh (2023) mencatat bahwa pada tahun 2024 terdapat 2.168 mahasiswa rantau. Fenomena mahasiswa rantau—individu yang meninggalkan kampung halaman untuk menempuh pendidikan di daerah lain—semakin umum di Indonesia (Andre & Huwae, 2022). Namun, mahasiswa rantau kerap menghadapi tantangan adaptasi terhadap lingkungan sosial dan budaya yang baru, terutama jika perbedaan antara daerah asal dan daerah tujuan cukup besar (Fauzia et al., 2021; Nasution & Safuwan, 2022).

Lingkungan baru di Aceh yang memiliki aturan berbasis syariat Islam, perbedaan adat, tradisi, bahasa, dan kebiasaan sosial dapat menimbulkan kondisi **culture shock**. Culture shock merupakan respons psikologis yang muncul ketika individu dihadapkan pada perbedaan budaya yang mencolok, ditandai perasaan tidak nyaman, kebingungan, dan kesulitan dalam beradaptasi (Fadhillah et al., 2017; Ambarwati & Indriastuti, 2022). Survei awal terhadap 35 mahasiswa rantau Universitas Malikussaleh pada 4 Oktober 2024 menunjukkan bahwa 57% responden merasa tidak nyaman pada awal kedatangan di Aceh karena perbedaan adat dan budaya, 54% mengalami kesulitan mengikuti norma sosial, dan 86% kesulitan berkomunikasi akibat perbedaan bahasa. Hasil ini sejalan dengan temuan Nasution dan Safuwan (2020), yang menemukan bahwa culture shock dipengaruhi oleh faktor individu, pengalaman lintas budaya, kualitas interaksi, dan durasi tinggal di daerah baru.

Culture shock biasanya berlangsung melalui empat tahapan: bulan madu (honeymoon), krisis (crisis), pemulihan (recovery), dan penyesuaian

(adjustment) (Ward et al., 2001). Jika proses adaptasi tidak berjalan optimal, mahasiswa rantau dapat mengalami stres, rasa terisolasi, dan bahkan konflik sosial (Marshall & Mathias, 2016). Selain faktor perbedaan budaya, berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan penting dalam membantu individu menghadapi culture shock. Dukungan sosial meliputi bantuan emosional, informasi, instrumental, dan persahabatan yang diberikan oleh orang-orang terdekat atau komunitas di lingkungan baru (Sarafino & Smith, 2011; Olivia et al., 2024; Sarumaha et al., 2024).

Hasil survei awal terhadap mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa merasakan dukungan sosial yang memadai. Sebanyak 86% merasa dicintai dan diperhatikan (dukungan emosional), 77% mendapat bantuan saat mengalami kesulitan atau sakit (dukungan instrumental), 94% dapat meminta saran ketika ragu (dukungan informasi), dan 97% merasa diterima di lingkungan pertemanan (dukungan persahabatan). Temuan ini sejalan dengan penelitian Said et al. (2021) yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan resiliensi akademik mahasiswa rantau, yang membantu mereka menghadapi tantangan akademik dan budaya di lingkungan baru.

Dengan demikian, latar belakang ini menunjukkan bahwa mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh menghadapi berbagai tantangan adaptasi, termasuk culture shock, tetapi juga mendapatkan dukungan sosial yang berperan penting dalam proses penyesuaian diri mereka. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan culture shock pada mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh.

METODE

Study design

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang mana tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk melihat hubungan *Culture Shock* dengan Dukungan Sosial pada mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh.

Population and samples

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 338 mahasiswa ranatu di Universitas Malikussaleh. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini termasuk dalam probability sampling yakni insedental sampling.

Study instruments

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *culture shock* dan skala dukungan sosial. Skala *culture shock* yang digunakan merupakan skala yang diadopsi penelitian terdahulu oleh Wahyuni (2024) berdasarkan aspek-aspek dari teori Ward dkk (2001) yakni *affective*, *behavior* dan *cognitive*. Sedangkan skala dukungan sosial yang digunakan merupakan skala yang diadopsi penelitian terdahulu oleh Wati (2024) berdasarkan aspek- aspek dari teori Sarafino & Smith (2011) yakni dukungan emosional,

dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan persahabatan.

Berdasarkan hasil uji validitas dengan menggunakan teknik *corrected item total* untuk skala *culture shock* terdapat 26 aitem diperoleh nilai dengan rentang 0,383 – 0,671. Kemudian untuk skala dukungan sosial terdapat 49 aitem Hasil uji co diperoleh nilai dengan rentang 0,343 – 0,952. Berdasarkan hasil uji reliabilitas untuk skala *culture shock* sebesar 0,910. Sedangkan pada skala dukungan sosial

Data collection

Data penelitian ini dikumpulkan melalui beberapa tahapan dan teknik yang dirancang untuk memperoleh informasi yang komprehensif mengenai dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh.

Subjek penelitian adalah mahasiswa rantau Universitas Malikussaleh yang berasal dari luar Provinsi Aceh. Teknik *insedental sampling* digunakan untuk memilih responden yang memenuhi kriteria, seperti telah tinggal di Aceh minimal satu semester dan bersedia mengisi instrumen penelitian.

Selanjut subjek mengisi skala *culture shock* dan skala dukungan sosial. Instrumen ini telah melalui uji validitas isi (*content validity*) oleh pakar serta uji reliabilitas pada kelompok kecil mahasiswa sebelum digunakan.

Seluruh prosedur penelitian mengikuti prinsip etika penelitian, termasuk memberikan *informed consent* sebelum partisipan mengisi kuesioner, menjamin kerahasiaan identitas, serta memastikan bahwa partisipasi bersifat sukarela tanpa adanya paksaan

Data Analysis

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui dua tahap utama, yaitu analisis deskriptif dan analisis inferensial dengan uji korelasi.

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data penelitian, meliputi jumlah partisipan, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (*mean*), dan simpangan baku (*standard deviation*) untuk setiap variabel penelitian, yaitu dukungan sosial dan *culture shock*. Analisis ini juga digunakan untuk mendeskripsikan data demografis responden, seperti usia, jenis kelamin dan asal daerah. Hasil analisis deskriptif membantu memahami kecenderungan umum dan sebaran data sebelum dilakukan analisis lanjutan.

2. Analisis Korelasi

Untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara dukungan sosial dan *culture shock*, digunakan uji korelasi Spearman's rho. Uji ini dipilih karena data tidak berdistribusi normal, sehingga teknik non-parametrik lebih sesuai digunakan. Korelasi Spearman mengukur kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Research Results

Peneliti melakukan kategorisasi skor

kepada setiap subjek penelitian untuk variabel culture shock. Kategorisasi culture shock terbagi menjadi tiga yakni kategori tinggi, sedang dan rendah, hal ini dijelaskan berdasarkan penelitian yang dilakukan Ward dkk (2001). Hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Culture Shock

Skor	Kategorisasi	Jumlah	Persentasi
78 ≤ X	Tinggi	18	5,3%
52 ≤ x < 78	Sedang	284	84%
X < 52	Rendah	36	10,7%
Total		338	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi pada tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau dominan pada kategori sedang yaitu 284 responden atau 84%.

Peneliti melakukan kategorisasi skor kepada setiap subjek penelitian untuk variabel dukungan sosial. Kategorisasi dukungan sosial terbagi menjadi dua yakni kategori tinggi dan rendah, hal ini dijelaskan berdasarkan penelitian yang dilakukan Sarafino & Smint (2011). Hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Dukungan Sosial

Skor	Kategorisasi	Jumlah	Persentasi
X > 144	Tinggi	175	51,8%
X < 140	Sedang	144	42,6%
140 < X > 144	Fluktuasi skor mean	19	5,6%
Total		338	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi pada tabel diatas menunjukkan bahwa Sebagian besar dukungan sosial dominan pada mahasiswa rantau pada kategori tinggi sebanyak yaitu 175 responden atau 51,8%.

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *one sample Kolmogorov Smirnov*. Hasil uji normalitas menunjukkan tidak berdistribusi normal. Variabel *culture shock* dan dukungan sosial memiliki signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Sehingga data tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal. Data dinyatakan normal jika signifikansi $p > 0,05$. Berikut merupakan hasil uji normalitas:

Pada uji linieritas dalam penelitian ini menunjukkan *culture shock* dan dukungan sosial memperoleh hasil sebesar $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linier antara dukungan sosial dengan *culture shock*. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila nilai signifikansi pada *linearity* $p < 0,05$. Berikut merupakan hasil uji linieritas:

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai *correlation coefficient* sebesar $-0,240 > 0,5$ dengan kekerasan hubungan rendah. Hal ini ditentukan berdasarkan uji nonparametrik yang dilakukan menggunakan pendekatan *spearman's rho* untuk mendapatkan koefisien korelasi. Tanda bintang berjumlah dua artinya korelasi signifikan pada level 0,00 dengan uji 2 sisi. Nilai korelasi negatif menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara *culture shock* dengan dukungan sosial. Artinya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah *culture shock*, begitupun sebaliknya semakin tinggi dukungan sosial maka

semakin tinggi *culture shock*. Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka Ha diterima dan Ho ditolak, artinya terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan *culture shock*. Berikut merupakan hasil uji hipotesis:

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Signifikansi (p)	Spearman's rho
Culture Shock	0,000	-0,233**
Dukungan Sosial		

Pada penelitian ini peneliti melakukan analisis tambahan dengan melakukan uji korelasi pada masing-masing aspek *culture shock* dan dukungan sosial. Hal ini dilakukan untuk melihat aspek mana saja yang memiliki hubungan dengan variabel dalam penelitian ini. Berikut merupakan hasil korelasi dari masing-masing aspek:

Tabel 4. Korelasi Aspek *Culture Shock* dengan Dukungan Sosial

Aspek Culture Shock	Signifikansi (p)
Affective	0,000
Behavior	0,000
Cognitive	0,339

Berdasarkan hasil analisis korelasi pada tabel diatas menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif dari tiga aspek *culture shock*. Pada aspek *cognitive* terdapat hubungan yang paling kuat dengan variabel dukungan sosial. Artinya persepsi individu yang mengalami perubahan nilai, norma, dan etnis yang disebabkan kontak budaya. Sedangkan pada aspek *affective* terdapat hubungan yang paling lemah dengan variabel dukungan sosial. Artinya emosi atau perasaan pada individu yang dapat berganti, dimana individu merasa cemas, bingung, sedih, dan disorientasi yang diakibatkan oleh lingkungan baru. Individu akan mengalami reaksi pada dirinya seperti tidak merasa tenang, mereasa disakiti atau ditipu, rindu rumah dan orang terdekat.

Tabel 5. Korelasi Aspek Dukungan Sosial dengan *Culture Shock*

Aspek Dukungan Sosial	Signifikansi (p)
Dukungan Emosional	0,001
Dukungan Instrumenal	0,000
Dukungan Informasi	0,000
Dukungan Persahabatan	0,000

Berdasarkan hasil analisis korelasi pada tabel diatas menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negatif dari empat aspek dukungan sosial. Pada aspek dukungan sosial terdapat hubungan yang paling kuat dengan variabel *culture shock*. Artinya dukungan dalam bentuk empati, kepedulian, adanya rasa nyaman dan rasa dicintai. Sedangkan pada aspek dukungan persahabatan terdapat hubungan yang paling lemah dengan variabel *culture shock*. Artinya kurangnya kesedian seseorang untuk menghabiskan waktu bersama.

Discussion

The results of this study highlight Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh dengan jumlah subjek sebanyak 338 subjek. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada mahasiswa rantau di

Universitas Malikussaleh. Berdasarkan uji nonparametrik yang dilakukan menggunakan pendekatan *spearman's rho* ditemukan hasil *correlation coefficient* sebesar -0,240 dengan keeratan hubungan rendah karena koefisien korelasi lebih kurang 0,5.

Terdapat tanda bintang berjumlah dua pada level 0,01 dengan uji 2 sisi yang artinya terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan *culture shock*. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *culture shock*, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *culture shock*. Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka Ha diterima dan Ho ditolak. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada mahasiswa rantau Universitas Malikussaleh.

Menurut Ward dkk (2001) menyatakan dukungan sosial merupakan faktor yang dapat mempengaruhi *culture shock* seseorang. Artinya, *culture shock* pada mahasiswa rantau yang berada di Universitas Malikussaleh dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial yang berasal dari lingkungan sekitar mahasiswa yang merantau di Universitas Malikussaleh. Dukungan sosial yang baik dari lingkungan sekitar dapat mengurangi *culture shock* individu, terutama mahasiswa yang merantau. Dengan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, mereka dapat merasakan emosi dan energi positif, serta merasa diakui, diterima, dan dihargai, hal ini dapat membuat mereka merasa tenang dan mengurangi *culture shock* selama berada di Universitas Malikussaleh, orang mulai menikmati budaya baru sebagai pengalaman baru yang menyenangkan. *Culture shock* terjadi pada mahasiswa berlangsung selama 1 tahun, dimana integritas mahasiswa meningkat secara bertahap karena interaksi antara proses psikologis dan sosiokultural, serta menjadi semakin kuat pada masa tersebut (Ward dkk, 2001).

Hal ini sejalan dengan penelitian Andre & Huwae (2022) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap *culture shock*, artinya individu yang tidak memiliki dukungan sosial di lingkungan baru cenderung mengalami *culture shock*. Penelitian Rizal & Herawati (2020) juga menjelaskan hubungan dukungan sosial dengan *culture shock* memiliki hubungan negatif, artinya semakin besar dukungan sosial maka semakin rendah mengalami *culture shock*, begitu sebaliknya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mihayo (2019) *culture shock* merupakan isu yang sering menjadi perdebatan di kalangan mahasiswa. Menurut Wahyuni dkk (2024) individu akan mengalami *culture shock* yang besar jika mereka tidak memiliki siapa pun disekitar mereka untuk membantu mereka memahami kebudayaan baru. Sebaliknya, jika individu memiliki seseorang yang bersedia membantu mereka memahami budaya baru, maka kemungkinan mereka akan mengalami *culture shock* yang lebih ringan.

Menurut Indriane (dalam Siregar dkk, 2018) *culture shock* dapat mengakibatkan stress dan ketegangan saat individu dihadapkan situasi yang

belum pernah dirasakan sebelumnya, seperti adanya perbedaan bahasa, gaya berpakaian, makanan dan kebiasaan makan, relasi interpersonal, cuaca, waktu belajar, makan dan tidur, serta hal yang berbeda dengan daerah asalnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Safuan (2020) mengenai *culture shock* dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti perbedaan individu, pengalaman lintas budaya, perbedaan kualitas, kuantitas dan perbedaan durasi *culture shock*.

Salah satu cara atau strategi dalam mengurangi *culture shock* adalah dengan adanya dukungan sosial. Dukungan sosial yang dimaksud adalah kegiatan dengan orang-orang terdekat dan berkomunikasi dengan masyarakat asal (Wahyuni, 2019). Menurut penelitian Gulo dkk (2025) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang cukup cenderung lebih mudah mengatasi *culture shock* karena mereka merasa memiliki tempat berbagi pengalaman, serta mendapatkan bantuan dalam memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Oleh karena itu, peran lingkungan sosial sangat penting dalam mengatasi *culture shock* dan mencegah dampak negatifnya.

Menurut Rizal & Herawati (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat membantu mereka mengurangi *culture shock* yang mereka hadapi. Terutama dukungan sosial dari keluarga memiliki hubungan yang kuat dengan kemampuan mahasiswa menghadapi tekanan budaya baru, sehingga dapat mengurangi efek negatif *culture shock*. Zimet dkk (1998) menekankan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan mental individu saat menghadapi masalah. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang lain sangat diperlukan agar mahasiswa rata-rata terhindar dari hal-hal negatif seperti penyakit mental dan *culture shock*.

Berdasarkan analisis deskriptif yang telah dilakukan, hasil yang diperoleh menunjukkan tingkat dukungan sosial mahasiswa rata-rata di Universitas Malikussaleh sebagian besar berada pada kategori tinggi dan sebagian besar *culture shock* berada pada kategori sedang. Hal tersebut dikarenakan adanya rasa kenyamanan, kepedulian, penghargaan, serta bantuan yang tersedia dari seseorang untuk orang lain (Sarafino & Smith, 2014).

Culture shock yang sedang mungkin disebabkan individu yang mengalami gejala yang moderat, seperti kecemasan ringan, disorientasi, dan beberapa kesulitan dalam beradaptasi (Ward dkk, 2001). Dalam penelitian Khatiwada dkk (2021) menyatakan bahwa dukungan sosial berkontribusi pada kenyamanan yang dirasakan seseorang, kepedulian, dan rasa dihargai yang diterima individu dari orang lain, baik secara individu maupun kelompok. Dengan menerima dukungan sosial seseorang akan mendapatkan berbagai bentuk bantuan, termasuk hiburan, perhatian, motivasi, saran, dan bantuan praktis dari orang-orang di sekitarnya (Faizah dkk, 2021).

Ditinjau berdasarkan korelasi aspek dukungan sosial dengan variabel *culture shock* jika dilihat dari aspek dukungan sosial yang tertinggi adalah

dukungan emosional, yang dapat diartikan dukungan dalam bentuk empati, kepedulian, adanya rasa nyaman dan rasa dicintai (Sarafino & Smint, 2014). Menurut Amelia dkk (2022) dukungan emosional yang memberikan kenyamanan individu merasa diperhatikan, sehingga mereka dapat menghadapi kesulitan dengan lebih tenang dan menemukan solusi yang tepat untuk menyelesaikan masalah.

Hal ini sejalan dengan penelitian Shensa dkk (2019) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan perilaku kesehatan. Salah satu komponen penting dari dukungan sosial adalah dukungan emosional yang terbukti memberikan perlindungan yang kuat terhadap penyakit mental. Ketika individu memiliki kesehatan yang baik dan jauh dari penyakit, sehingga dapat meningkatkan emosi positif dan menurunkan emosi negatif berupa depresi dan kecemasan yang dimilikinya. Menurut Latifah (2019) menjelaskan bahwa kurangnya dukungan emosional dapat berdampak negatif pada motivasi belajar dan kemampuan beradaptasi, sehingga menyebabkan kesulitan dalam proses belajar.

Ditinjau berdasarkan korelasi aspek dukungan sosial dengan variabel *culture shock* terlihat aspek dukungan persahabatan yang paling rendah dibandingkan dengan aspek lain, karena kurangnya kesediaan seseorang untuk menghabiskan waktu bersama (Sarafino & Smith, 2014). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Febrieta & Pertiwi (2017) menyebutkan bahwa pertemuan dapat memberikan dukungan, bantuan, dan kenyamanan, namun keberlangsungan hubungan sosial tersebut tidak selalu menjamin. Jumlah teman yang banyak tidak menjamin kebahagiaan seseorang, karena yang lebih penting adalah kualitas pertemanan yang baik yang dapat membawa kebahagiaan. Hubungan sosial yang buruk dapat menyebabkan kesepian, karena individu mengalami isolasi sosial yang membuat mereka sulit berinteraksi dengan orang lain di sekitar mereka, sehingga mereka terisolasi dan kesepian (Febrieta & Pertiwi, 2017).

Berdasarkan korelasi per aspek *culture shock* dengan variabel dukungan sosial jika dilihat dari aspek *culture shock* yang tertinggi adalah *cognitive* yang dapat diartikan persepsi individu yang mengalami perubahan nilai, norma, dan etnis yang disebabkan kontak budaya (Ward dkk, 2001). Menurut Khoirunnisa dkk (2025) menjelaskan bahwa pengalaman budaya baru dapat mempengaruhi cara berpikir dan identitas sosial individu, serta bagaimana mereka menyesuaikan identitas mereka dengan lingkungan multikultural.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mustofa & Defiana (2024) ketika individu menghadapi budaya baru, mereka tidak dapat menghindari kehilangan hal-hal yang sudah mereka anggap benar. Hal ini tercermin pada mahasiswa rata-rata yang mengalami kesulitan beradaptasi, memiliki pandangan negatif, kesulitan berbahasa, dan kesulitan berinteraksi dengan masyarakat lokal.

Berdasarkan korelasi per aspek *culture shock* dengan variabel dukungan sosial terlihat bahwa terendah pada aspek *affective* yaitu emosi atau perasaan pada individu yang dapat berganti,

dimana individu merasa cemas, bingung, sedih, dan disorientasi yang diakibatkan oleh lingkungan baru. Individu akan mengalami reaksi pada dirinya seperti tidak merasa tenang, merasa disakiti atau ditipu, rindu rumah dan orang terdekat (Ward dkk, 2001). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febrianty dkk (2022) mahasiswa rantau sering mengalami rasa kehilangan orang terdekat, ketakutan akibat perbedaan budaya, dan stress yang mempengaruhi kesehatan mental mereka. Hal ini dapat menyebabkan kesulitan belajar, gangguan tidur, dan penurunan nafsu makan, *culture shock* juga berdampak pada kehidupan sosial mereka. Hal ini dapat membantu individu merasakan reaksi yang mempermudah individu dalam berkomunikasi, memiliki pemikiran positif tentang budaya tersebut (Ward dkk, 2001).

Berdasarkan analisis secara umum dapat disimpulkan dukungan sosial memiliki hubungan yang negatif dengan *culture shock* pada mahasiswa rantau di Universitas Malikussaleh. Penelitian yang dilakukan tentunya memiliki keterhambatan dan keterbatasan yaitu, jumlah butir aitem yang terlalu banyak sehingga beberapa responden terdengar mengeluh ketika mengisi kuesioner penelitian. Keterbatasan lainnya yaitu peneliti mengalami kesulitan untuk mengumpulkan responden dalam satu ruangan yang sesuai dengan karakteristik penelitian sehingga hal tersebut peneliti memilih untuk nenanyakan satu persatu dari responden apakah mereka mahasiswa rantau yang berasal dari luar Aceh. Kemudian keterhambatan lainnya peneliti menghadapi tantangan dalam pengumpulan data, karena tidak semua responden penelitian bersedia mengisi kuesioner yang disebarluaskan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, M., & Indriastuti, Y. (2022). Komunikasi Antarbudaya Mahasiswa Rantau Dalam Menghadapi Culture Shock Di Madura. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Bisnis*, 8(1), 9-24.
- Al Amelia, S. D., Pratikto, H., & Nainggolan, E. E. (2022). Dukungan sosial dan subjective well-being pada mahasiswa rantau. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 58-66.
- Andre, W., & Huwae, A. (2022). Dukungan Sosial dan Culture Shock pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan di Salatiga. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1249-1258.
- Arief Fadhillah, Taqwaddin, & Anisah, N. (2017). Adaptasi Mahasiswa Pattani di Banda Aceh dalam Upaya Menghadapi Culture Shock (Studi pada Komunikasi Antar Budaya). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(2). <https://jim.usk.ac.id/FISIP/article/view/2379>
- Chafsoh, A. M. (2020). Munculnya Culture Shock Pada Mahasiswa Baru Dalam Perkulihan Daring Selama Pandemi COVID-19. <https://psyarxiv.com/tmpn6/download?format=pdf>
- Diandra, F. P., Hapsari, A. T., & Santoso, B. (2024). Fenomena Culture Shock pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)*, 4(2), 557-565.
- Faizah, I., Kartini, Y., Sari, R. Y., Rohmawati, R., Afiyah, R. K., & Rahman, F. S. (2021). Social support and acceptance commitment therapy on subjective well-being and mental health of COVID-19 patient. *Nursing Informatics*, 9(G), 238-243.
- Febrianty, Y., Octisa, A. R., Fuadi, M. A., Dibrata, A. D., & Nastain, M. (2022). Pengaruh Culture Shock Terhadap Kehidupan Sosial Mahasiswa Rantau di Yogyakarta. *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 2(3), 346-350. <https://doi.org/10.47233/jkomdis.v2i3.377>
- Febrieta, D., & Pertiwi, Y. W. (2017). Efek kesepian terhadap hubungan antara persahabatan dan kebahagiaan. *Jurnal Psiko Bhara Kajian Ilmiah dan Penelitian Psikologi*, 1(1), 57-76.
- Gulo, E., Siagian, N., & Tobing, A. L. (2025). Pengaruh Adaptasi Sosial Dan Dukungan Sosial Terhadap Culture Shock Mahasiswa Rantau Nias Di Uhn Medan. *KALBISOCIO Jurnal Bisnis dan Komunikasi*, 12(1), 151-159.
- Hurlock, E.B. (2011). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Heryana, A. (2023). Bekerja dengan Data Tidak Normal. Universitas Esa Unggul. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.27700.73604>
- Khatiwada, J., Muzembo, B. A., Wada, K., & Ikeda, S. (2021). The effect of perceived social support on psychological distress and life satisfaction among Nepalese migrants in Japan. *PLOS ONE*, 16(2), 1-9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246271>
- Khoirunnisa, S., Sessiani, L. A., & Ikhrom, I. (2025). POLA ADAPTASI MAHASISWA RANTAU DALAM MENGHADAPI CULTURE SHOCK. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(1), 316-329.
- Latifah, P. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X di MAN 2 Payakumbuh. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Bukittinggi.
- Manery, D. E., Saija, A. F., Angkejaya, O. W., & Bension, J. B. (2023). Hubungan Culture Shock dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Semester Pertama Tahun 2020 dan 2021 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura. *Molucca Medica*, 16(1), 39-50.
- Marshall, C. A., & Mathias, J. (2016). Culture Shock: Applying the Lessons from International Student Acculturation to Non-Traditional Students. In *Widening Participation, Higher Education and NonTraditional Students*. Palgrave Macmillan.
- Mihayo, A. (2019). Cultural shock among African

- students in Indonesia. *ELS Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 2(1), 1-13.
- Mufidah, V. N., & Fadilah, N. N. (2022). Penyesuaian diri terhadap fenomena culture shock mahasiswa program pertukaran mahasiswa merdeka. *Muqoddima Jurnal Pemikiran Dan Riset Sosiologi*, 3(1), 61-70.
- Mustofa, R. H., & Defiana, A. (2024). Culture Shock Akademik Mahasiswa Asing di Indonesia (Studi Kasus di Universitas Muhammadiyah Surakarta). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(2), 1641-1654.
- Nasir, M. (2024). Banda Aceh Keluarkan Seruan Selama Ramadhan 1445 H, Usaha Diminta Tutup Saat Shalat Terawih. <https://aceh.tribunnews.com/2024/03/07/banda-aceh-keluarkan-seruan-selama-ramadhan-1445-h-usaha-diminta-tutup-saat-shalat-tarawih>
- Nasution, N., & Safuwan, S. (2022). Culture Shock Pada Mahasiswa Asal Papua di Universitas Malikussaleh. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 3(2), 49. <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i2.8879>
- Oberg, K. (1960). Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. *Practical Anthropology*, os-7(4), 177–182.
- Olivia, H., Sudarsono, A. B., & Sarasati, F. (2024). Fenomena Culture Shock Mahasiswa Perantauan di Kabupaten Bekasi. *Jurnal Pustaka Komunikasi*, 7(1), 174–184. <https://doi.org/10.32509/pustakom.v7i1.3741>
- Qanun Nomor 11 Tahun 2002 tentang Pelaksanaan Syari‘at Islam Bidang Aqidah, Ibadah dan Syi‘ar Islam. (2002).
- Rif’ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A., & Hadi, C. (2018). Konsep dukungan sosial. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*.
- Rizal, I., & Herawati, I. (2020). Gegar budaya ditinjau dari dukungan sosial pada mahasiswa Thailand Selatan (Patani). *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(1), 89-100.
- Rozana. (2020). Respon Pedagang terhadap Himbauan Tutup TokoWaktu Shalat dalam Penegakan Syariat Islam (Studi pada Kawasan Pertokoan Ulee Kareng Banda Aceh). Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari sumatera di universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 6(3), 217-222.
- Said, A. A., Rahmawati, A., & Supraba, D. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada Mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 32-44.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). Health psychology: Biopsychosocial interactions. John Wiley & Sons.
- Sarumaha, Y. S. Y., Saragih, S., & Ariyanto, E. A. (2024). Stres dan Dukungan Sosial pada Mahasiswa Perantauan yang Bekerja. *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1).
- Shensa, A., Sidani, J. E., Escobar-Viera, C. G., & Primack, B. A. (2019). Emotional Support from social media and in-Person relationships: Associations with depressive symptoms among young adults. *Journal of Adolescent Health*, 64(2), S23-S47. [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(18\)30534-2/abstract](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(18)30534-2/abstract)
- Siregar, Astrid Oktaria Audra, Erin Ratna Kustanti (2018). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku Minang di Universitas Diponegoro. *Jurnal*. Vol 7 (2): 48-65. Universitas Diponegoro.
- Susilo, P. I. (2015). Dukungan Sosial dengan Culture Shock Pada Mahasiswa. *Cognicia*, 3(1). <https://doi.org/10.22219/cognicia.v3i1.232>
- Wahyuni, D. S. (2019). Culture shock experiences of Indonesian university students in teaching practice and community service in Thailand. *Abjadia: International Journal of Education*, 4(2), 78-96. <https://doi.org/10.18860/abj.v4i2.6289>
- Wahyuni, L. (2024). Hubungan Culture Shock dengan Coping Stress pada Mahasiswa Pendatang di Universitas Malikussaleh. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Malikussaleh.
- 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), 348-358.
- Wati, I. L. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Merantau di Universitas Malikussaleh. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Malikussaleh.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The Psychology of Culture Shock*, Second Edition
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1998). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.