

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut pasal 31 ayat 3 Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menyatakan bahwa pemerintah bertanggung jawab untuk mengembangkan dan menyelenggarakan sistem pendidikan nasional yang meningkatkan iman dan ketakwaan, serta membentuk karakter mulia dalam rangka meningkatkan kecerdasan bangsa, yang diatur dengan undang-undang. Salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas pendidikan adalah memberikan kenyamanan lingkungan dalam proses pembelajaran. Peraturan Mendikbud Nomor 82 Tahun 2015 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Tindak Kekerasan di Lingkungan Satuan Pendidikan. Di dalam Pasal 8 ayat (1), menyatakan satuan pendidikan wajib menjamin keamanan, keselamatan dan kenyamanan bagi peserta didik dalam melaksanakan kegiatan/pembelajaran disekolah maupun kegiatan sekolah di luar satuan pendidikan. Pada era globalisasi ini, pendidikan nasional akan menghadapi situasi kompetitif yang dimana akan adanya persaingan dengan pendidikan global. Pemerintah berupaya adanya kesetaraan pendidikan di perguruan tinggi Indonesia baik Perguruan tinggi Negeri maupun perguruan tinggi swasta.

Kementerian Pendidikan Kesosialan Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) bekerja sama dengan Perguruan Tinggi melalui Pertukaran Mahasiswa dalam Negeri. Kegiatan pertukaran mahasiswa merdeka merupakan

kegiatan yang dilakukan dengan mendapatkan pengalaman belajar yang sama antara perguruan tinggi negeri dan perguruan tinggi swasta di Indonesia sekaligus memperkuat persatuan dalam keberagaman. Program pertukaran mahasiswa merdeka memberi kebebasan bagi mahasiswa untuk mengikuti perguruan tinggi perkuliahan, selama satu semester berbeda dengan pulau asal universitas mahasiswa sebelumnya. Dalam situasi ini, kerja sama perguruan tinggi di Indonesia sangat dibutuhkan, baik di tingkat nasional maupun global agar terciptanya mutu pendidikan yang berkualitas.

Pentingnya penelitian ini dilakukan karena mahasiswa yang mengikuti Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka dalam Negeri selama 1 (satu) semester akan mendapatkan pengalaman belajar di perguruan tinggi. Program tersebut dibuat dengan tujuan agar mahasiswa mendapat pengalaman baru terkait dengan nilai-nilai keberagaman suku, budaya, agama, dan bahasa yang mungkin belum pernah dialami oleh mahasiswa selama hidupnya. Selain itu, program PMM juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan kepemimpinan, kepercayaan diri, dan kepekaan sosial mahasiswa selama satu semester di perguruan tinggi tempat mahasiswa melakukan pertukaran. Dalam pelaksanaannya ada beberapa kendala yang dialami oleh mahasiswa terkait adaptasi atau penyesuaian diri agar dapat berbaur dengan lingkungan tempat mahasiswa melaksanakan program PMM. Proses ini menjadi suatu tantangan bagi mahasiswa terutama bagi mereka yang baru pertama kali menginjakkan kaki di tempat PMM. Mahasiswa membutuhkan penyesuaian diri karena adanya potensi *culture shock* yang dapat dialami oleh mereka. Peneliti ingin melihat proses adaptasi yang dilakukan mahasiswa dengan

lingkungan baru yang berbeda dengan lingkungan sebelumnya. Penelitian ini akan membantu mahasiswa mengembangkan pemahaman dan meningkatkan kemampuan proses beradaptasi di lingkungan baru. Kemampuan dalam beradaptasi di lingkungan baru memberikan dampak yang positif bagi mahasiswa yang mengambil bagian dalam pertukaran mahasiswa dengan mempelajari hal-hal yang baru dari proses penyesuaian diri akan meningkatkan kualitas pendidikan.

Peneliti menemukan adanya masalah ketika mahasiswa berbaur dengan masyarakat lokal tempat mahasiswa melaksanakan program PMM yang dapat dilihat pada saat melakukan Kegiatan Modul Nusantara. Kegiatan Modul Nusantara merupakan salah satu mata kuliah yang wajib di ambil oleh mahasiswa yang mengikuti program PMM. Modul nusantara merupakan rangkaian kegiatan meliputi kebhinekaan, refleksi, inspirasi dan kontribusi sosial dengan fokus memperkenalkan mahasiswa dengan keberagaman nusantara meliputi suku, agama, ras dan adat istiadat yang ada di PT tujuan. Mahasiswa akan merasakan kesulitan beradaptasi ketika di hadapkan dengan faktor culture shock seperti makanan, tata karma, kebiasaan, bahasa dan adat istiadat yang belum pernah di jumpai dan berbeda dengan lingkungan sebelumnya.

Dalam konteks ini, apabila penelitian ini tidak di lakukan maka peneliti menduga data dan bukti *culture shock* yang mempengaruhi adaptasi sosial PMM tidak dapat di generalisasikan. Dugaan ini hanya akan didasarkan pada asumsi dan pemahaman terbatas mahasiswa, yang dapat menjadi kurang objektif dan kurang dapat diandalkan dan belum sepenuhnya mendukung data yang akurat dari

pengalaman terbatas mahasiswa. Peneliti harus melakukan penelitian untuk mengungkapkan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi culture shock terhadap adaptasi sosial. Tanpa penelitian ini, kita mungkin tidak memiliki pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana faktor-faktor ini berinteraksi dan berdampak pada adaptasi sosial.

Berdasarkan tinjauan latar belakang masalah diatas, peneliti mengambil judul penelitian sebagai berikut “Pengaruh Culture Shock Mahasiswa Inbound Terhadap Adaptasi Sosial Mahasiswa Pertukaran Mahasiswa Merdeka Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur 2022”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Sulitnya mahasiswa melakukan adaptasi terhadap kondisi lingkungan yang berbeda dari kondisi lingkungan tempat tinggal sebelumnya.
2. Rendahnya kemampuan adaptasi mahasiswa terhadap lingkungan yang baru dalam program pertukaran mahasiswa.
3. Dampak dari sulitnya adaptasi mahasiswa dalam Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka.

1.3 Batasan Masalah

Pengaruh culture shock mahasiswa inbound terhadap adaptasi sosial mahasiswa pertukaran mahasiswa merdeka Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur 2022

1.4 Fokus Penelitian

Berkaitan dengan *culture shock* dan adaptasi sosial yang berlangsung di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur, maka diperlukan sebuah penelitian tentang “pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial mahasiswa”, yang dirumuskan dalam subfokus penelitian dalam hal berikut: Apakah *culture shock* berpengaruh terhadap adaptasi sosial mahasiswa pertukaran mahasiswa merdeka di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial mahasiswa pertukaran mahasiswa merdeka di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini ialah:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kajian teoritis berupa informasi mengenai pengalaman gegar sosial mahasiswa di luar pulau Jawa yang belajar di Surabaya serta dampaknya terhadap pengalaman belajar mereka. Hal ini dapat berguna bagi perkembangan ilmu psikologi lintas sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dan bahan pembelajaran untuk melakukan penelitian selanjutnya.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di jadikan bahan masukan atau sumber informasi untuk menambah pengetahuan dan sebagai bahan refrensi tambahan untuk penelitian yang akan dilakukan selanjutnya.

c. Bagi Dosen

Manfaat bagi dosen adalah dapat memberikan bimbingan pada mahasiswa dengan topik judul skripsi sesuai dengan keahlian dosen dan juga pengalaman dosen dalam bimbingan.

BAB II KAJIAN

PUSTAKA

2.1 Hakikat *Culture Shock*

2.1.1 Pengertian *Culture Shock*

Culture shock mengacu pada reaksi psikologis yang dialami individu karena berada ditengah budaya yang berbeda dengan budayanya sendiri. Kebanyakan individu mengalaminya bila memasuki budaya yang baru dan berbeda. Arti kata budaya secara terminologis adalah suatu hasil dari budi dan atau daya, cipta, karya, karsa, pikiran dan adat istiadat manusia secara sadar maupun tidak, dapat diterima sebagai suatu perilaku yang beradaptasi. Faktor adat istiadat merupakan sistem budaya merupakan komponen dari kebudayaan yang bersifat abstrak dan terdiri dari pikiran pikiran , gagasan, konsep, serta keyakinan dengan demikian sistem kebudayaan merupakan bagian dari kebudayaan Yusuf dan Azhari (2018).

Budaya mengikat anggota kelompok masyarakat menjadi suatu kesatuan pandangan yang menciptakan keseragaman berperilaku atau bertindak. Berdasarkan berbagai pengertian yang telah dikemukakan tersebut dapat dinyatakan bahwa budaya merupakan cara hidup termasuk didalamnya cara berpikir, bertindak, dan sebagainya dalam suatu komunitas tertentu, baik dalam bentuk organisasi perusahaan maupun masyarakat, sehingga membedakan suatu komunitas dengan yang lainnya. Dengan adanya perbedaan seperti ini, memungkinkan individu yang datang disuatu lingkungan dalam jangka waktu tertentu yang memiliki latar belakang budaya yang berbeda akan mengalami gegar

budaya atau culture shock Dennis dalam Liliweri (2003).

Culture Shock merupakan rasa tidak nyaman seseorang ketika berhadapan dengan lingkungan dan sosial yang tentunya berbeda dengan lingkungan dan sosial sebelumnya. *Culture shock* sering dianggap hal yang wajar oleh sebagian besar mahasiswa. Ketidaknyamanan seseorang baik secara psikis dan fisik karena adanya kontak dengan sosial lain. Banyak pengalaman dari orang – orang yang memasuki lingkungan yang berbeda dengan lingkungan asal. Familiaritas membantu seseorang mengurangi tekanan karena dalam familiaritas , orang tahu apa yang diharapkan dari lingkungan dan orang orang disekitarnya. Maka setiap orang yang meninggalkan lingkungan sehai hari mereka dan memasuki lingkungan baru, banyak masalah yang akan terjadi.

Culture shock adalah sebuah penyakit yang di derita karena hidup di luar lingkungan sosialnya dan dalam proses untuk menyesuaikan diri dari sosial lama karena adanya kesalahpahaman pada pengalaman baru yang berbeda Oberg dalam Ridwan (2018). Dengan demikian, berdasarkan pejelasan menurut para ahli di atas dapat dikatakan bahwa, *culture shock* dapat terjadi dalam lingkungan yang berbeda mengenai individu yangt mengalami perpindahan dari satu daerah ke daerah lainnya dalam priode waktu yang lama. hal ini sejalan dengan yang dikatakan Olbreg dimana ia menjelaskan bahwa hal-hal tersebut benar dipicu oleh

kecemasan yang timbul akibat hilangnya tanda dan lambang hubungan sosial yang selama ini familiar dikenalnya dalam interaksi sosial, seperti petunjuk –petunjuk ala bentuk kata-kata, isyarat-isyarat, ekspresi wajah, kebiasaan-kebiasaan atau norma-norma yang individu peroleh sepanjang perjalanan hidup sejak individu tersebut lahir Mulyana (2006).

Culture shock bukan hanya sebuah reaksi negatif yang dirasakan seseorang, tetapi juga merupakan proses pembelajaran. *Culture shock* adalah proses penting yang harus dilewati individu yang berpindah ke lingkungan baru. Individu tersebut harus bisa menghadapi berbagai masalah sosial, psikologis, dan filosofis dari perbedaan sosial Kim dan Martin (2017). Maka dari itu, *culture shock* merupakan sebuah proses pembelajaran dimana setiap individu yang masuk ke lingkungan baru untuk meghadapi setiap permasalahan yang ada baik secara sosial dan psikologis.

Menurut Adler (1975), serangkaian reaksi emosional terhadap hilangnya persepsi dari sosial sendiri, terhadap stimulus sosial, terhadap sosial baru yang belum kita pahami dan menyebabkan kesalahpahaman untuk pengalaman baru yang beragam. Dalam hal ini, dapat kita ketahui bahwa *culture shock* mempengaruhi emosional setiap individu yang dimana setiap individu yang memasuki lingkungan baru akan mengalami banyak kesalahpahaman dengan lingkungan yang baru.

Dari beberapa teori yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa *culture shock* merupakan perasaan dimana seseorang merasa tertekan atau terkejut ketika memasuki wilayah atau lingkungan dan sosial baru. *Culture shock*

ini dapat mempengaruhi individu baik secara fisik, psikologis, dan emosional setiap individu yang memasuki lingkungan dan sosial baru. *Culture shock* juga dapat di jadikan pembelajaran dimana setiap individu yang berpindah dari lingkungan dan sosial yang lama ke lingkungan dan sosial baru akan mengalami berbagai permasalahan dan dimana setiap individu harus belajar untuk memecahkan setiap permasalahan yang di alaminya di dalam lingkungan dan sosial yang baru.

2.1.1.1 Faktor *Culture Shock*

Ada beragam faktor *culture Shock* yang mempengaruhi setiap individu. Menurut Parllino dalam Suardi (2015), ada beberapa faktor yang dianggap dapat mempengaruhi *culture shock* antara lain ialah:

- a. Faktor interpersonal termasuk keterampilan (keterampilan komunikasi), pengalaman sebelumnya (dalam *setting* lintas sosial), *treat* personal (mandiri atau toleransi), dan akses ke sumber daya. Karakteristik fisik seperti penampilan, umur, kesehatan, kemampuan sosialisasi juga mempengaruhi. penelitian menunjukkan umur dan jenis kelamin berhubungan dengan *culture shock* yang lebih tinggi dari pada individu yang lebih tua dan wanita lebih mengalami *culture shock* dari pada pria.
- b. Variasi juga mempengaruhi transisi dari satu sosial ke sosial lain. *Culture shock* lebih cepat jika sosial tersebut semakin berbeda, hal ini meliputi sosial, perilaku, adat istiadat, agama, pendidikan, norma dalam masyarakat, dan bahasa. Bochner menyatakan semakin berbeda

kesosialan antara dua yang berinteraksi, semakin sulit kedua individu tersebut membangun dan memelihara hubungan yang humoris. Pederson menyatakan bahwa semakin beda dua antar sosial, maka interaksi sosial dengan mahasiswa lokal akan semakin rendah.

- c. Manifestasi sosial politik juga mempengaruhi *culture shock*. Sikap dari masyarakat setempat dan menimbulkan prasangka stereotip, dan intimidasi.

Berdasarkan beberapa faktor di atas yang mempengaruhi *culture shock* mahasiswa dapat diketahui bahwa perbedaan kondisi lingkungan memiliki peran yang sangat signifikan dalam mempengaruhi kondisi mahasiswa. Faktor ini mencakup tantangan keadaan yang dihadapi mahasiswa dalam proses menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru baik dari sektor pertemanan, makanan, kondisi lingkungan, sosial, norma dan juga prolaku atau sikap. Ketika mahasiswa mengalami kecemasan atau ketidakstabilan emosional, hal ini dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Keterampilan yang dimiliki setiap individu menjadi hal yang sangat penting dalam mengatasi masalah keadaan yang sedang di hadapi oleh setiap individu, baik dalam segi sosial, ekonomi, sosial, norma yang berlaku, lingkungan, pertemanan, dan juga kuliner. Keterampilan dalam menyesuaikan diri merupakan hal yang penting untuk bisa mengurangi terjadinya *culture shock* yang sedang mereka hadapi. Dalam konteks ini, *culture shock* memberikan pembelajaran bagi setiap individu, dimana individu akan belajar untuk menahan emosi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru mereka

2.1.1.2 Aspek-Aspek *Culture Shock*

Culture Shock memiliki beberapa aspek penting. Berikut ini terdapat aspek-aspek *culture shock* menurut Obreg dalam Dayakisni (2004) mengemukakan, *culture shock* mempunyai tiga aspek yaitu:

- a. Kehilangan cues atau tanda-tanda yang dikenalnya. Padahal cues adalah bagian dari sehari-hari seperti tanda-tanda, gerakan bagian-bagian tubuh (gesture), ekspresi wajah ataupun kebiasaan - kebiasaan yang dapat menceritakan kepada seseorang bagaimana sebaiknya bertindak pada situasi tertentu.
- b. Krisis identitas, dengan pergi ke luar daerah nya seseorang akan kembali mengevaluasi gambaran tentang dirinya.
- c. Putusnya komunikasi antar pribadi pada tingkat yang disadari atau tak disadari yang mengarahkan pada frustrasi dan kecemasan. Halangan bahasa adalah penyebab jelas dari gangguan-gangguan ini.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ahmad (2022). Dikemukakan bahwa yang menjadi alasan mahasiswa mengalami *culture shock* adalah sosial sosial yang sekarang berbeda dengan sosial sosial yang ada di tempat asalnya mengapa banyak yang mengalami gegar sosial. Selain itu mereka juga orang-orang yang baru merantau ke tempat baru jadi mereka merasa kaget dengan adanya perbedaan sosial dengan daerah sebelumnya, mereka yang datang dengan tujuan belajar pun tidak terlalu mempersiapkan akan adanya *culture shock* yang terjadi pada mereka. Maka dari itu, banyak mahasiswa baru pertukaran mahasiswa merdeka belajar yang terkena tekanan *culture shock*.

2.1.1.3 Gejala-Gejala *Culture Shock*

Menurut Ahmad (2022), ada beberapa gejala *culture shock* yang di alami oleh individu yang berada di lingkungan baru, diantaranya ialah:

1. Kesedihan dan kesepian, individu merasa tidak mempunyai teman atau merasa sendiri di lingkungan yang baru.
2. Preokupasi (pikiran terpaku hanya pada sebuah ide saja, yang biasanya berhubungan dengan keadaan yang bernada emosional).
3. Kesulitan untuk tidur, bisa jadi dikarenakan tidur terlalu banyak atau terlalu sedikit.
4. Perubahan perilaku, individu yang mengalami *culture shock* akan mengalami perubahan perilaku seperti depresi, stres akibat terlalu banyak mengalami tekanan.
5. Kemarahan, individu yang mengalami *culture shock* akan cepat merasa tersinggung ataupun mudah marah. Hal ini diakibatkan karena banyaknya tekanan yang dialami setiap individu dan kurangnya untuk memulai hubungan baru dengan orang lain.
6. Mengidentifikasi dengan sosial lama atau mengidealkan sosial lama. Seorang individu belum bisa menerima keadaan atau belum dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Sehingga individu masih merasa bahwa dia di lingkungan biasanya.
7. Kehilangan identitas, seorang individu akan mengalami kehilangan jati diri saat peralihan lingkungan lama dengan lingkungan yang baru.
8. Berusaha terlalu keras untuk menyerap segalanya di sosial baru.

9. Tidak mampu memecahkan permasalahan sederhana.
10. Merasa kekurangan, kegelisahan dan kehilangan.
11. Mengembangkan stereotype tentang kultur yang baru.
12. Mengembangkan obsesi seperti over-cleanliness
13. Rindu keluarga.

2.1.1.4 Indikator *Culture Shock*

Indikator untuk mengukur pemahaman *culture shock*. *Culture shock* memiliki beberapa indikator, peneliti akan memaparkan indikator tersebut. Berikut indikator *culture shock* menurut Santrock dkk (2006) yaitu:

1. Ketegangan karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis.
2. Perasaan kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, status dan kepemilikan.
3. Penolakan terhadap dari orang-orang di lingkungan baru.
4. kebingungan mengenai peran, harapan terhadap peran tersebut, nilai yang dianut, perasaan dan identitas diri.
5. Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan nilai atau norma, sopan santun di daerah asal dengan daerah baru.
6. Perasaan tidak berdaya yang di sebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Menurut Samovar dan Porter (2014) menyatakan bahwa indikator dari pada *culture shock* ialah sebagai berikut:

1. Adanya perlawanan/permusuhan terhadap lingkungan baru
Orang yang mengalaminya biasanya memiliki perasaan tidak mampu, dan takut akan penolakan, sehingga Menarik diri dari publik (menyendiri), merindukan kampung halaman keluarga dan teman
2. Perasaan disorientasi
Perubahan kondisi mental yang membuat seseorang kebingungan sampai tidak mengetahui lokasinya berada, identitas dirinya yang mengakibatkan gangguan kesehatan seperti sakit perut dan pusing
Menurut Adler (2013) menyatakan bahwa indikator *culture shock* ialah Adanya reaksi emosional terhadap perbedaan sosial yang tak terduga dan kesalahpahaman pengalaman yang berbeda sehingga dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya, mudah marah dan

ketakutan akan di tipu dilukai ataupun di acuhkan.

Berdasarkan beberapa indikator yang telah di sampaikan oleh para ahli di atas, maka penulis dapat membuat kesimpulan bahwa indikator dari pada *culture shock* ialah sebagai berikut:

1. Ketegangan karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis.
2. Perasaan kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, status dan kepemilikan.
3. Penolakan terhadap dari orang-orang di lingkungan baru.
4. Adanya kebingungan mengenai peran, harapan terhadap peran tersebut, nilai yang dianut, perasaan dan identitas diri.
5. Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan nilai atau norma, sopan santun di daerah asal dengan daerah baru.
6. Perasaan tidak berdaya yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

2.1.2 Adaptasi Sosial

2.1.2.1 Pengertian Adaptasi Sosial

Adaptasi merupakan suatu cara penyesuaian individu terhadap lingkungan, penyesuaian ini dapat berarti mengubah diri pribadi sesuai dengan keadaan lingkungan saja, tetapi dapat juga berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan pribadi. Adaptasi juga terdapat pola-pola dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Adaptasi sebagai unsur-unsur yang sudah menetap dan menimbulkan terjadinya suatu penyesuaian hidup yang dapat memberikan gambaran proses adaptasi dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam

interaksi, tingkah laku maupun dari masing-masing adat-istiadat kesosialan yang ada. Dalam adaptasi terdapat proses dari suatu tahapan menuju ke tahapan lainnya, proses adaptasi berlangsung dalam suatu perjalanan waktu yang tidak dapat diperhitungkan dengan tepat, kurun waktunya bisa cepat, lambat, dan berujung pada integrasi atau justru berakhir dengan disintegrasi.

Adaptasi sosial merupakan sebuah proses jangka panjang saat melakukan penyesuaian diri sampai pada akhirnya merasa nyaman di lingkungan atau sosial baru tersebut Nakayama (2022). Dengan demikian adaptasi adalah proses individu mengalami tekanan, penyesuaian diri dan pengembangan sampai pada akhirnya setiap individu yang mengikuti program pertukaran mahasiswa merasa nyaman dengan lingkungan baru yang mereka tempati.

Adaptasi ialah proses penyesuaian dari individu, kelompok, maupun unit sosial terhadap norma-norma, proses perubahan, atau pun kondisi yang diciptakan Soekanto (2007). Hal ini dapat diartikan bahwa setiap mahasiswa yang mengikuti program pertukaran akan menjalani proses penyesuaian dengan norma-norma yang berlaku di daerah baru tersebut. Ketika mahasiswa sudah berhasil menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku di daerah tersebut, berarti mahasiswa tersebut sudah berhasil beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Dan hal ini akan mengurangi terjadinya gegar sosial yang dialami setiap mahasiswa yang mengikuti program pertukaran mahasiswa.

Adaptasi adalah suatu proses yang menempatkan manusia yang berupaya mencapai tujuan-tujuan atau kebutuhan untuk menghadapi lingkungan dan kondisi sosial yang berubah-ubah agar tetap bertahan Robbins (2003). Dengan demikian,

mahasiswa ataupun individu yang telah berhasil menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, mahasiswa tersebut akan nyaman dengan lingkungan tersebut dan tidak akan mengalami rasa takut, gelisah dan sebagainya di lingkungan tersebut.

Berdasarkan teori yang telah disebutkan peneliti dapat menyimpulkan bahwa adaptasi merupakan pertahanan yang diperoleh karena belajar dari pengalaman untuk mengatasi masalah. Yaitu secara individu atau kelompok dituntut beradaptasi ketika memasuki suatu lingkungan baru, misalnya; keluarga, perusahaan, Bangsa, menata atau menanggapi lingkungannya. Para mahasiswa yang mengikuti program pertukaran mahasiswa merdeka atau merdeka belajar akan melalui proses gegar sosial yang dimana setiap individu akan mengalami ketidaknyamanan, mengalami banyak masalah pada saat memasuki lingkungan baru. Hal ini membuat setiap mahasiswa harus berupaya untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan lingkungan baru untuk memperoleh kenyamanan dan untuk bertahan di lingkungan tersebut. Proses adaptasi ini juga tidak mudah dan memiliki waktu yang pasti tidak menentu atau dapat bervariasi antara individu, baik dalam kecepatan penyesuaian maupun akhirnya berhasil atau tidaknya. Dalam perjalanan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, terdapat kemungkinan adanya kesulitan atau kegagalan. Hal ini menunjukkan bahwa adaptasi adalah proses yang kompleks dan dapat melibatkan tantangan yang perlu dihadapi oleh mahasiswa.

2.1.2.2 Proses Adaptasi Sosial

Dalam beradaptasi manusia melewati proses-proses yang kemudian

nantinya akan membentuk pola yang dapat menggambarkan bentuk dari adaptasi yang terjadi, adapun beberapa proses adaptasi itu adalah sebagai berikut:

1. Interaksi Sosial,

Proses dimana orang-orang berkomunikasi saling mempengaruhi dalam pikiran dan tindakan.

2. Komunikasi,

Komunikasi merupakan pengiriman dan penerimaan pesan atau berita antara dua orang atau lebih sehingga peran yang dimaksud dapat dipahami.

3. Perbedaan latar belakang kesosialan,

Perbedaan latar belakang kesosialan menjadi bagian dari proses terbentuknya adaptasi karena adaptasi pada dasarnya adalah bentuk penyesuaian makhluk hidup kepada lingkungan maupun kepada sesamanya, makhluk hidup tidak melakukan adaptasi apabila tidak ada perbedaan.

4. Akulturasi,

adalah pengambilan atau penerimaan satu atau beberapa unsur kesosialan yang berasal dari pertemuan dua atau beberapa unsur kesosialan yang saling berhubungan atau saling bertemu.

5. Integrasi dan Disintegrasi,

adalah tercapainya suatu kesesuaian tatanan kehidupan di tengah perbedaan. Integrasi merupakan bentuk dari berhasilnya proses sedangkan disintegrasi merupakan bentuk dari gagalnya proses adaptasi.

2.1.2.3 Fase-Fase Adaptasi Sosial

Fase adaptasi sosial dikemukakan oleh Young dalam Oriza, (2016:2380) sebagai berikut:

1. Fase perencanaan, berupa fase awal sebelum mahasiswa masuk ke lingkungan baru. Fase ini ditandai dengan persiapan kelengkapan mulai dari finansial, kebutuhan sehari-hari, persiapan mental, mencari tahu iklim di wilayah yang akan dituju, hingga memperbaiki etika diri dengan bergaul dengan masyarakat banyak.
2. Fase *Honeymoon*, yakni fase kesan awal yang dirasakan ketika berada di lingkungan yang baru berupa perasaan bahagia dan sikap ramah terhadap kondisi sosial masyarakat setempat.
3. Fase *Frustration* dimana mahasiswa mulai menemukan berbagai masalah di lingkungan sehingga semangat yang dirasakan pada fase sebelumnya tidak lagi sama karena mahasiswa mulai menyadari realita di lingkungan yang sebenarnya, berupa kebingungan terhadap bahasa, rasa asing terhadap makanan, keamanan kota, kondisi geografi, gaya pergaulan biaya hidup hingga diantaranya ada yang *homesick*.
4. Fase *readjustment* yaitu ketika individu mulai berusaha mengembangkan berbagai cara untuk beradaptasi dengan keadaan yang ada dan mengatasi permasalahan – permasalahan yang dihadapi sebelumnya dengan cara belajar bahasa, berusaha mengolah makanan sendiri, berupaya meningkatkan keamanan diri, serta lebih membuka diri dan fleksibel dalam bergaul.

5. Fase *Resolution* yang disebut fase akhir dari upaya penyesuaian diri mahasiswa terhadap lingkungan sosial baru. Pada fase ini mahasiswa Program Pertukaran menentukan pilihan akhir diantara dari mereka tetap berusaha bertahan dari segala hal yang membuatnya tidak nyaman, sebagian berkonfrontasi dan menikmati lingkungan baru, dan sebagian lainnya menerima segala kondisi dan mulai merasa nyaman dengan lingkungan barunya.

2.1.2.4 Indikator Adaptasi Sosial

Menurut Soekanto (2009) , memberikan beberapa indikator dari adaptasi sosial sosial antara lain:

1. Proses mengatasi halangan – halangan dari lingkungan

Hambatan dari lingkungan di sebabkan manusia sebagai peserta komunikasi. Faktor lingkungan adalah latar belakang fisik atau situasi di mana komunikasi terjadi. Hambatan jenis ini mencakup tingkat aktivitas, kenyamanan, gangguan dan waktu.

2. Penyesuaian terhadap norma-norma untuk menyalurkan ketegangan sosial.

Mahasiswa atau individu harus mampu menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku di lingkungan baru untuk mendapatkan ketenangan dan kenyamanan bagi mahasiswa itu sendiri.

3. Proses untuk menyesuaikan dengan situasi yang berubah.

Mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dengan situasi lingkungan yang berubah dari lingkungan sebelumnya tempat tinggal mereka.

4. Mengubah agar sesuai kondisi yang diciptakan.

Mahasiswa harus mengubah pola hidup, dan menyesuaikan dengan kondisi di daerah tempat tinggal mereka sekarang untuk mendapatkan ketenangan dan kenyamanan.

5. Memanfaatkan sumber-sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan.

Mahasiswa harus mampu memanfaatkan sumber-sumber yang ada untuk kepentingan lingkungan dalam beradaptasi seperti media sosial, buku dan masyarakat sekitar.

6. Penyesuaian sosial dan aspek lainnya sebagai hasil seleksi alamiah.

Lingkungan tempat beradaptasi yang di mana pendatang baru harus menyesuaikan diri dengan alam sekitar tempat ia tinggal seperti air, sumber makanan, tempat berlindung dan sosial setempat.

Menurut Robert Dubin (1969) adapun indikator adaptasi sosial ialah sebagai berikut:

1. Menggunakan komunikasi secara formal dan operasional merupakan rincian atau identifikasi berbagai perilaku komunikasi seorang inisiator dengan responden

Komunikasi antar sosial bisa dimulai dengan kesadaran pertama bahwa para partisipan terdiri dari individu yang berbeda latarbelakang kesosialannya. Dalam deskripsi sistem teori ini menjelaskan adanya partisipan yaitu para individu yang masing-masing merasa dirinya

sebagai “orang luar” yang berinteraksi dalam perbedaan-perbedaan latar belakang kehidupan mereka

2. Sifat atau perilaku-perilaku

Khusus individu partisipan dapat diadaptasikan melalui gaya komunikasi ke dalam kesosialan partisipan lain yang berbeda untuk meningkatkan rasa saling percaya, dan unit yang satunya adalah unit yang berkaitan dengan hasil menjelaskan sifat-sifat hasil komunikasi antarsosial berupa perubahan sistem kepercayaan individu yang dapat diadaptasi kepada partisipan lain.

Menurut Gerungan, (1996) adapun indikator adaptasi sosial terbagi menjadi 5, yaitu:

1. Adaptasi fisiologis

Indikator adaptasi ini bisa terjadi secara lokal atau umum. Lebih mudah diidentifikasi dan secara umum dapat diamati dan diukur.

2. Adaptasi psikologis

Adaptasi psikologis bisa terjadi secara :

- a. Sadar, individu mencoba memecahkan/menyesuaikan diri dengan masalah.
- b. Tidak sadar, menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*).
- c. Menggunakan gejala fisik psikofisiologi/prikomati. Apabila seseorang mempunyai kesulitan atau hambatan dalam beradaptasi, baik berupa tekanan, perubahan, maupun ketegangan emosi dapat

menimbulkan stres.

3. Adaptasi perkembangan

Stres yang dapat mempengaruhi kemampuan untuk menyelesaikan. Pada setiap tahap perkembangan, seseorang biasanya menghadapi tugas perkembangan dan menunjukkan karakteristik perilaku dari tahap perkembangan tersebut.

4. Adaptasi sosial

Mengkaji stresor dan sumber koping dalam dimensi sosial mencakup penggalan bersama klien tentang besarnya, tipe dan kualitas dari interaksi sosial yang ada.

5. Adaptasi spritual

Orang menggunakan sumber spritual untuk mengadaptasi stres dalam banyak cara, tetapi stres dapat juga bermanifestasi dalam dimensi spritual. Stres yang berat dapat mengakibatkan kemarahan pada Tuhan, atau individu mungkin memandang stresor sebagai hukuman. Stresor seperti penyakit akut atau kematian dari orang yang disayang dapat mengganggu makna hidup seseorang dan dapat menyebabkan depresi.

Berdasarkan indikator yang telah di sampaikan para ahli di atas, maka penulis dapat menarik kesimpulan, yaitu:

1. Penyesuaian terhadap norma-norma untuk menyalurkan ketegangan (*culture shock*)
2. Proses untuk menyesuaikan dengan situasi yang berubah
3. Mengubah agar sesuai kondisi yang diciptakan

4. Memanfaatkan sumber-sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan

2.2 Penelitian Relevan

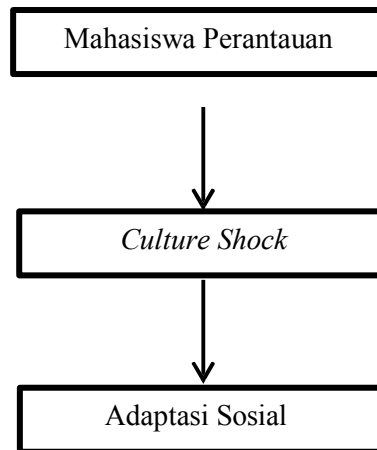
Penelitian yang penulis lakukan memiliki kesamaan dengan beberapa peneliti terdahulu, dapat dilihat sebagai berikut:

1. Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi Adieb, Ahmad. (2022). Dampak fenomena *culture shock* terhadap adaptasi mahasiswa perantauan FITK UIN Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *culture shock* dalam adaptasi sosial sosial mahasiswa.
2. Kasan, Bisri. (2022). *Culture shock* dan adaptasi mahasiswa asing studi pada mahasiswa Thailand jurusan PAI UIN Walisongo Semarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *culture shock* yang dialami mahasiswa Thailand dan cara beradaptasi di Semarang.
3. Qudsiyyah, Sri Raharjo & Pebriyeni. (2020). Fenomena *culture shock* pada mahasiswa FKIP Universitas Bung Hatta. Penelitian mahasiswa berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan baru.
4. Puji, Gusri Handayani & Verlanda, Yuca. (2018). Fenomena *culture shock* pada mahasiswa perantauan tingkat I Universitas Negeri Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat *culture shock* yang terjadi antara laki-laki dan perempuan di Universitas Negeri Padang.

2.3 Kerangka Berpikir

Hampir di setiap daerah yang terdapat perantauan di dalamnya pasti awalnya

merasakan kaget dengan adaptasi sosial dan budaya dengan di wilayah tersebut.



Gambar 2.1. Kerangka Berpikir

Fenomena *culture shock* merupakan fenomena yang sering terjadi pada orang – orang perantau. Karena orang- orang perantau datang dari tempat asalnya ke tempat baru untuk mencari sesuatu.

Maka dari itu, perlu adanya adaptasi sosial terhadap mahasiswa perantauan dengan mengikuti organisasi-organisasi tertentu agar tidak terjadi gegar sosial terhadap mahasiswa perantauan tersebut.

2.4 Hipotesis

Adapun hipotesis yang diajukan penulis dalam penelitian ini adalah diduga adanya hubungan antara pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial mahasiswa program pertukaran merdeka.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yaitu, metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan suatu penelitian. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial mahasiswa inbound pertukaran mahasiswa merdeka di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur. Penelitian mengambil objek penelitian di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas HKBP Nommensen Medan. Jl. Sutomo No4A, Printis, Kec. Medan Timur, Kota Medan. Sumatera Utara 20235.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap T.A 2022/2023

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi merupakan himpunan dengan sifat-sifat yang ditentukan oleh peneliti sedemikian rupa sehingga setiap individu/data dapat dinyatakan dengan cepat apakah individu tersebut menjadi anggota atau tidak. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa perantau di Universitas Pembangunan Nasional Jawa Timur yaitu sebanyak 104 orang semester 3 sampai semester 7 ajaran tahun 2022.

3.3.2 Sampel Penelitian

Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau program pertukaran mahasiswa merdeka (PMM) di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh, dimana sampel yang digunakan seluruh populasi yaitu sebanyak 104 orang.

3.4 Variabel Penelitian dan Defenisi Oprasional Penelitian

3.4.1 Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen:

1. Sebagai variabel bebas (independen): Pengaruh *culture shock* (X)
2. Sebagai variabel terikat adaptasi sosial (Y)

3.4.2 Defenisi Oprasional Penelitian

1. Pengertian variabel bebas pengaruh *culture shock* (X)

Pengaruh *culture shock* merupakan dampak yang di alami setiap mahasiswa yang berpindah dari satu daerah ke daerah baru, yang diana setiap mahasiswa tersebut akan mengalami rasa takut seta tertekan jika berhadapan dengan lingkungan baru.

2. Pengertian variabel terikat adaptasi sosial

Adaptasi sosial merupakan suatu evolusi perkembangan perilaku, dimana nantinya seorang anak dapat mengekspresikan pengalamannya secara utuh dan dia belajar secara bertahap untuk meningkatkan kemampuan untuk mandiri, bekerjasama dengan orang lain serta bereaksi pada situasi sosial atau lingkungannya.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1 Uji Coba Instrumen

Uji instrumen yang diterapkan dalam penelitian ini adalah uji validitas. Uji validitas di jalankan untuk mengevaluasi data yang dikumpulkan dapat dianggap valid atau tidak, dengan menggunakan alat ukur kusioner di buat oleh peneliti. Agket yang digunakan terlebih dahulu dilakukan pengujian validitas (isi) ke pada validator. Adapun ahli validator dalam mengukur ke absahan data dalam kusioner peneliti terdapat tiga dosen , yaitu :

Tabel 3.1
Hasil Validasi

No	Nama	Rata-rata	Keterangan
1	Dr.AgusmantoJB Hutaaruk, S.pd., M.Si PIC PMM 2022 UHN	3,44	Valid
2	Surya Darma Pardede, S.Pd., M.Pd	3,33	Valid
3	Dapot Tua Manullang, S.E.,M.Si	3,33	Valid

1.5.2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat yang memenuhi persyaratan akademik untuk digunakan sebagai alat untuk mengukur suatu objek pengukuran atau untuk mengumpulkan data tentang suatu variabel

Instrumen dalam penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulandata yang efisien bila peneliti tahu dengan variabel yang akan di ukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Maka untuk mengetahui sikap jdan persepsi responden mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena yang terjadi.

Berikut tabel kisi-kisi instrumen penelitian:

Tabel 3.2
Kisi-kisi Instrumen Penelitian

NO	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan	No Butir
1	Pengaruh <i>Culture Shock</i>	Ketegaangan karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis	Tempat tinggal	<ul style="list-style-type: none"> . Saya merasa tidak nyaman dengan tempat tinggal yang ada di lingkungan baru . Saya merasa susah tidur di lingkungan tempat tinggal saya yang baru 	1-2
			Makanan/ minuman	<ul style="list-style-type: none"> . Saya kesulitan menemukan makanan 	3-6

				<ul style="list-style-type: none"> . untuk dikonsumsi . Saya membandingkan makanan dari lingkungan lama dengan lingkungan baru . Saya kesulitan menemukan makanan kesukaan saya di lingkungan lama ketika berada di lingkungan baru. . Makanan yang di sajikan di lingkungan baru membuat saya merasa mual 	
			Iklm/cuaca	<ul style="list-style-type: none"> . Perubahan Cuaca/iklim di lingkungan baru membuat emosi saya tidak stabil . Perubahan cuaca/iklim di lingkungan baru membuat saya jatuh sakit 	7-8
2.		Perasaan	Keluarga	. Saya merasa	9-10

		kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, status dan kepemilikan	dan teman	kesepian selama berpisah dari orang tua dan tinggal di lingkungan baru 0. Saya merasa ingin pulang kerumah dan bertemu kerluaga atau teman di lingkungan lama	
			Status sosial	1. Saya cenderung untuk memilih teman dan hanya berteman dengan yang sefrekuensi saja	
3		Penolakan dari orang-orang di lingkungan baru	Masyarakat Sekitar	2. Saya mengasingkan diri menolak untuk berinteraksi dengan masyarakat di lingkungan baru 3. Dilingkungan yang baru saya merasa dikucilkan.	12-13
			Menyesuaikan diri dalam kelompok pergaulan	4. Saya mengalami kesulitan ketika ingin mengikuti	14

				klompok pergaulan di lingkungan baru	
4		Adanya kebingungan mengenai peran, harapan terhadap peran tersebut, nilai yang dianut, perasaan dan identitas diri	Sosial	5. Kesulitan dalam memahami sosial baru yang saya lihat di lingkungan baru 6. Merasa bahwa sosial di lingkungan lama saya lebih bagus daripada sosial di lingkungan baru	15-16
			Norma-norma	7. Merasa kesulitan memahami dan mengikuti norma-norma yang ada di lingkungan baru 8. Merasa tidak nyaman mengikuti norma-norma yang ada di lingkungan baru	17-18
			Kepercayaan yang dianut	9. Merasa bingung dengan kepercayaan kuno yang masih dianut	19-20

				di lingkungan baru 0. Merasa kesulitan ketika ingin mengikuti kepercayaan kita di lingkungan lama ke lingkungan baru	
5		Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan, nilai, atau norma sopan santun di daerah asal dengan di daerah baru	Bahasa	1. Saya merasa canggung dengan nada berbahasa di lingkungan baru Saya merasa canggung dengan nada berbahasa di lingkungan baru 2. Saya merasa kebingungan ketika berkomunikasi beda suku 3. Saya emosi ketika lawan bicara saya menggunakan bahasa daerah setempat	21-23
6		Perasaan tidak berdaya yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan	Komunikasi	4. Ketika berbicara dengan orang setempat, saya merasa kesulitan dalam memahami	24-25

		lingkungan baru		ekspresi, wajah dan sikap mereka? 25. Saya merasa pasif ketika bertemu dengan orang yang berbeda suku dengan saya	
NO	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan	No Butir
1.	Adaptasi Sosial	Penyesuaian terhadap norma-norma untuk menyalurkan ketegangan sosial	Taat pada aturan yang berlaku di lingkungan baru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya mengikuti aturan dan Peraturan yang berlaku di lingkungan baru saya 2. Masyarakat sekitar mendukung saya mempelajari sosial mereka 3. Saya menghargai aturan yang berlaku di lingkungan baru 4. Saya ikut berpartisipasi dalam kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat 5. Kegiatan yang 	1-6

				<p>dilakukan oleh masyarakat menyenangkan</p> <p>6. Menghilangkan asumsi pikiran negatif terhadap sosial di lingkungan baru</p>	
2		Proses	Beradaptasi dengan makanan	<p>7. Harga makanan di lingkungan baru saya sangat sewajarnya</p> <p>8. Makanan di lingkungan baru saya rasanya memuaskan</p> <p>9. Teman saya mengajak saya untuk mencoba makanan khas di lingkungan baru</p> <p>10. Saya mengkonsumsi minuman khas lingkungan baru setiap hari</p> <p>11. Masyarakatnya</p>	7-11

				sekitar berbagi makanan dengan saya	
3		Mengubah agar sesuai kondisi yang di ciptakan	Beradaptasi dengan iklim dan cuaca	<p>12. Saya menyediakan obat-obatan untuk menjaga keseharian tubuh saya</p> <p>13. Saya mengonsumsi makanan sehat dan bergizi agar kondisi tubuh saya tidak mudah terserang penyakit ketika perubahan cuaca dan iklim</p> <p>14. Saya mengonsumsi minuman herbal khas dilingkungan baru saya ketika jatuh sakit</p> <p>15. Saya berolahraga untuk menjaga stamina tubuh saya</p> <p>16. Saya</p>	12-16

				beristirahat dengan cukup dengan memperhatikan waktu tidur saya	
4		Memanfaatkan sumber – sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan	Membangun jaringan pertemanan	<p>17. saya bersikap terbuka tidak pilih pilih teman</p> <p>18. Saya memiliki kelompok pertemanan dilingkungan baru</p> <p>19. Teman dilingkungan baru saya mengajarkan saya mengenai norma dan sosial yang berlaku</p> <p>20. Saya menjaga hubungan baik dengan masyarakat</p> <p>21. Saya belajar menerima diri sendiri untuk bergaul di lingkungan baru</p> <p>22. Saya memulai obrolan</p>	17-22

				dengan orang yang saya temui dan bersikap ramah	
			Memfaatkan fasilitas dengan efektif	<p>23. Saya menggunakan buku untuk daa belajar untuk beradaptasi di lingkungan baru</p> <p>24. Menggunakan artikel untuk mengetahui lebih dalam tentang sosial sosial di lingkungan baru</p> <p>25. Saya menggunakan media sosial untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar</p>	23-25

Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Maka pernyataan tersebut yang nantinya akan diolah sampai menghasilkan kesimpulan.

Dalam penelitian hasil jawaban responden maka diperlukan angka penafsiran. Angka penafsiran yang digunakan ini dalam setiap penelitian kuantitatif untuk mengolah data mentah hingga mendapatkan hasil akhir, apakah responden sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju atas apa yang ada dalam pernyataan tersebut.

Tabel 3.3
Instrumen Penelitian

NO	Alternatif Jawaban	Skor
1.	Selalu (SL)	5
2.	Sering (S)	4
3.	Kadang-Kadang (KK)	3
4.	Jarang (J)	2
5.	Tidak Pernah (TP)	1

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan prosedur standar dan sistematis untuk mengumpulkan data yang diperlukan. Perlu dijelaskan bahwa pengumpulan data yang dilakukan atas dasar observasi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

1. Angket atau kuesioner

Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode kuesioner untuk mengumpulkan data tentang mahasiswa sebagai responden. Peneliti menggunakan kuesioner tertutup, sehingga responden tinggal memilih jawaban yang telah disediakan, disusun dalam daftar, dan responden hanya perlu

mencentang kolom yang sesuai. Kuesioner ini sering disebut sebagai kuesioner tes. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala pengukuran yaitu skala likert. Dengan skala likert, variabel akan diukur diubah menjadi indeks variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

2. Observasi atau survey (pengamatan)

Melakukan pengamatan secara langsung di lokasi untuk memperoleh data yang diperlukan. Observasi dilakukan dengan mengamati kegiatan yang berhubungan dengan variabel penelitian. Hasil dari observasi dapat dijadikan data pendukung dalam menganalisis dan mengambil kesimpulan.

3.6.1 Pengolahan Data

Dalam pengolahan data, penulis menggunakan komputer yaitu program SPSS (*Software Product and Service Solution*) Ver.25.0. Hal ini dilakukan dengan harapan tidak terjadi tingkat kesalahan yang besar.

3.7 Uji Asumsi Klasik

3.7.1 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah analisis antara variabel dependen dengan variabel independen mempunyai distribusi normal. Normalitas merupakan pengujian, apakah dalam suatu model regresi, variabel dependen, variabel independen atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak.

Model regresi yang baik adalah distribusi datanya normal atau mendekati normal.

3.7.2 Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui sama tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih, pada penelitian ini uji homogenitas dilakukan dengan uji harley uji homogenitas paling sederhana, uji ini untuk menguji variansi dari dua kelompok adapun rumusnya sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{Variansi Terbesar}}{\text{Variansi Terkecil}} \text{ atau } F = S1^2 + S2^2$$

Untuk menentukan homogen atau tidak, didasarkan pada koefisien F-hitung. Apabila koefisien F-hitung \leq F-tabel varians dinyatakan homogen. Jika sebaliknya, maka variansi dikatakan tidak homogen.

Adapun langkah pengujiannya:

1. Menyusun data dan menghitung varians masing-masing kelompok
2. Melakukan uji F dengan rumus
3. Membandingkan F-hitung dengan F-tabel dengan taraf signifikansi $\alpha=0,05$.

3.8 Teknik Analisis Data

Analisis Regresi Linear Sederhana

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial. Analisis digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen apabila masing-masing variabel berhubungan positif atau negatif. Dalam regresi linear sederhana hanya ada satu variabel bebas x yang dihubungkan dengan variabel terikat y. Persamaan umum

regresi sederhana adalah $Y=a+Bx$.

Dengan menentukan Hipotesis:

Ha : Terdapat pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial pada mahasiswa program pertukaran mahasiswa merdeka inbound di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur.

Ho : Terdapat pengaruh *culture shock* terhadap adaptasi sosial pada mahasiswa program pertukaran mahasiswa merdeka inbound di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur.

Apabila hasil $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada taraf kepercayaan 95% atau $\alpha=0,05$ maka

Ha diterima dan apabila penelitian to Ho ditolak. Untuk mempermudah peneliti dalam mengolah data, maka peneliti menggunakan SPSS versi 25.

3.8.1 Uji Keberartian Koefisien Regresi (Uji - t)

Keberartian regresi ini dilakukan untuk memperkitakan hubungan yang terjadi antara variabel X dengan variabel Y, dengan kriteria pengujian bahwa regresi sangat berarti apabila nilai signifikan $< 0,05$, maka hubungan antara variabel X dengan variabel Y adalah berarti.

3.8.2 Uji Keberartian Regresi (F)

Dalam penelitian ini uji keberartian koefisien regresi (uji F) digunakan untuk mengetahui apakah regresi linear pada penelitian memiliki arti untuk menarik berpengaruh antar variabel. Dasar pengambilan keputusan ialah jika nilai $F_{hitung} > F_{Tabel}$ dengan nilai signifikan $< 0,05$ maka hubungan antara variabel X dengan Y adalah berpengaruh secara simultan.