

## ***Culture Shock* Yang Dialami Mahasiswa Baru**

Velena Amalia Putri, Aditya, Afrizal Qimas Chairi, M. Al Afif Annasai

Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

### **Abstrak**

*Culture shock* atau gegar budaya adalah perasaan di mana seseorang merasa tertekan serta terkejut ketika berhadapan dengan lingkungan dan budaya baru. Mahasiswa baru kerap mengalami *Culture Shock* dalam dunia perkuliahan. Banyak mahasiswa baru yang merasa terkejut dengan budaya di kampus dan belum bisa beradaptasi terhadap lingkungan barunya. Penelitian ini bermaksud untuk menggambarkan fenomena *Culture Shock* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan melibatkan sejumlah 104 mahasiswa baru. Instrumen yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian adalah skala *Culture Shock*. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif. Hasil analisis mendapatkan bahwa tidak ada perbedaan *Culture Shock* pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. Maka dengan demikian *Culture Shock* yang dialami laki-laki dan perempuan berada pada taraf yang sama.

**Kata kunci:** *Culture Shock*, mahasiswa baru, gender.

### **PENDAHULUAN**

Mahasiswa adalah sebutan untuk orang yang sedang belajar pendidikan di perguruan tinggi setelah SD, SMP, dan SMA. Seorang mahasiswa baru tentu menjadi keinginan semua orang. Mahasiswa baru adalah individu yang melakukan fase transisi dari SMA menuju kematangan pribadi Winarno (dalam Asiyah, 2013). Saat anda masuk perguruan tinggi, Sebagian besar mahasiswa berfikir tentang bagaimana supaya dapat kuliah dengan baik, mencapai cita - cita yang sejak awal diimpikan, dan mendapatkan pekerjaan yang bagus dan pada perkuliahan mahasiswa baru mulai dalam penyesuaian diri lagi terhadap kondisi lingkungan yang dahulu sampai sekarang di kuliah yang dimana ada perbedaan dari proses belajar dan budaya yang ada di sana yang membuat mahasiswa baru mengalami

gegar budaya atau yang sering disebut dengan istilah *Culture Shock* Sasmita & Rustika (dalam Agustina, 2022).

*Culture shock* atau gegar budaya adalah suatu psikologis yang menggambarkan perasaan di mana seseorang dan kondisi sosial maupun budaya yang berbeda, serta terkejut ketika berhadapan dengan lingkungan dan budaya baru. Sehingga tingkatan kejutan budaya yang memengaruhi orang secara berbeda, tetapi seseorang juga disesuaikan tanpa mengalami gegar budaya yang berlebihan (Jannah, Ema, 2013).

Di dukung oleh penelitian terdahulu keterkejutan mahasiswa baru ketika dihadapkan oleh sesuatu yang baru baginya dan mendorong mahasiswa baru untuk meninggalkan kebiasaan lamanya. Maka individu yang mengalami *culture shock* biasanya akan merasa cemas, bingung dan frustrasi. Sebab dia kehilangan tanda, lambang, dan cara pergaulan sosial yang diketahuinya dari kultur asal (Chafsoh, 2020).

Sejalan penelitian terdahulu menjelaskan *culture shock* adalah upaya penyesuaian diri, jangka waktu penyesuaian, hingga hasil upaya penyesuaian pada masing-masing informan menunjukkan bahwa fenomena gegar budaya pada tiap individu bervariasi. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa kompetensi komunikasi antarbudaya antara satu individu dan individu lainnya berbeda-beda (Pratiwi & Susanto, 2020).

*Culture Shock* atau gegar budaya merupakan gejala awal yang terjadi pada perantau yang kemudian diikuti oleh adaptasi budaya. Pada tahap inilah yang kemudian menjadi momentum seseorang untuk mengambil keputusan dalam beradaptasi. Keputusan itu dilatar belakangi oleh banyak hal, banyak hambatan dan dinamikanya. Hal-hal yang terjadi selama menghadapi *culture shock* itulah yang kemudian menjadi perbincangan pemilihan keputusan seseorang dalam beradaptasi (Bidang et al., 2018).

Penyesuaian diri dibutuhkan oleh individu, yang karena suatu sebab, ditempatkan dalam lingkungan yang berbeda dari sebelumnya. Di lingkungan barunya tersebut, ia akan mengalami kontak budaya dengan masyarakat yang mungkin saja berbeda adat dan kebiasaan dirinya. Individu yang menghadapi situasi seperti ini dapat mengalami suatu gejala psikologis dan kultural yang disebut dengan *Culture Shock* (Intan, 2019). Didukung oleh penelitian terdahulu menurut Parrillo (dalam Intan, 2019) mencatat bahwa ada beberapa faktor yang memengaruhi timbulnya *Culture Shock* atau gegar budaya, yaitu : faktor internal, yang meliputi keterampilan komunikasi, pengalaman dalam konteks lintas budaya, karakter pribadi, dan ketersediaan sumber daya.

#### TELAAH PUSTAKA

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mitasari & Istikomayanti (2019) diperoleh kesimpulan bahwa tidak ada hubungan antara *culture shock* dengan hasil belajar mahasiswa. Hal tersebut dimungkinkan dikarenakan mahasiswa baru telah melakukan adaptasi dengan lingkungan sekitar dengan baik (Mitasari & Istikomayanti, 2019). Selanjutnya Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Sari & Rusli (2019) juga menunjukkan bahwa secara umum subjek penelitian memiliki tingkat penyesuaian diri yang lebih tinggi daripada mahasiswa baru pada umumnya (Sari & Rusli, 2019).

Lalu pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Chafsoh (2020) yang menyimpulkan diperlukan motivasi serta dukungan psikologis agar mahasiswa mampu menjalani kehidupan perkuliahan dengan penuh semangat. Peran lingkungan keluarga sangat membantu mahasiswa baru yang mengalami *culture shock* agar mahasiswa merasa berharga dan merasa masih banyak orang yang peduli padanya. memperbaiki pola dalam berpikir, siap menerima perubahan dan mensyukuri apa yang terjadi menjadi salah satu kunci dalam kehidupan yang bahagia sebagai seorang mahasiswa (Chafsoh, 2020).

Dan Hasil penelitian yang dilakukan Pratiwi & Susanto (2020) yang menemukan bahwa terdapat dua kategori bentuk gegar budaya yang dialami para informan. Pertama, gegar budaya pada perbedaan lingkungan, terdiri dari bahasa, makanan, dan cuaca. Kedua, gegar budaya pada kehidupan sosial yang terdiri dari sikap diskriminatif karena perbedaan suku dan budaya, *stereotype*, dan ketidaknyamanan terhadap iklim komunikasi di perusahaan (Pratiwi & Susanto, 2020).

Serta pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Raharjo (2020) yang menunjukkan bahwa mahasiswa FKIP tingkat 1 Universitas Bung Hatta mengalami culture shock berupa *homesickness*. Mahasiswa FKIP dikategorikan cepat dalam beradaptasi dengan lingkungan baru serta telah melakukan upaya untuk tidak mengalami culture shock tersebut dengan cara berpikir terbuka dan aktif dalam kegiatan di lingkungan (Raharjo, 2020). Dari kelima jurnal penelitian yang ditulis diatas, yang membedakan dengan penelitian ini adalah subjek penelitiannya yang akan ditujukan kepada mahasiswa baru di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan dalam bentuk angka-angka (Arikunto, 2013). Peneliti menggunakan pendekatan analisis deskriptif kuantitatif merupakan suatu penelitian yang digunakan untuk dapat memberikan gambaran terhadap keadaan yang sebenarnya dan hasil jawaban dari subjek dengan status subjek di dalam penelitian (Isnawati et al., 2020).

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Menurut Wijaya (2021) menjelaskan bahwa kuesioner merupakan suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan pada pernyataan ataupun pertanyaan tertulis diberikan oleh responden dijawab. Kuesioner yang diusulkan oleh Ward (2001), yaitu angka 1 menunjukkan sangat tidak setuju (STS), Angka 2 menunjukkan tidak setuju (TS),

Angka 3 menunjukkan Netral (N), Angka 4 menunjukkan Setuju (S) dan angka 5 menunjukkan Sangat Setuju (SS).

Populasi merupakan wilayah yang digeneralisasikan berdasarkan obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh penelitian dapat dipelajari selanjutnya akan ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2017). Populasi menggunakan mahasiswa laki-laki dan perempuan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya 6.534. peneliti menggunakan teknik sampel *Simple random sampling*. Menurut Riadi (2020) menjelaskan bahwa *Simple Random Sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel yang diambil dari anggota populasi melalui secara acak tanpa memperhatikan lagi oleh stratat pada populasi tersebut. Maka peneliti menggunakan 104 mahasiswa laki-laki dan perempuan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data dengan cara menyebarkan kuesioner melalui media sosial. Yang telah mengisi kuesioner tersebut ada sebanyak 104 responden yang merupakan mahasiswa baru Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Berikut pemaparan hasil data yang sudah dianalisis :

**Tabel 1. Descriptive Statistics**

	<b>Culture Shock</b>
Valid	104
Missing	0
Mean	29.529
Std. Deviation	10.333
Minimum	10
Maximum	50

*Sumber. Hasil Analisis*

Periode tahun pertama perkuliahan sering dianggap sebagai masa yang paling menantang bagi mahasiswa, di mana pada masa ini mahasiswa akan menemui berbagai situasi yang baru seperti sistem perkuliahan, metode

pembelajaran yang berbeda dengan SMA, materi perkuliahan yang lebih sulit, teman-teman yang berasal dari daerah yang berbeda, maupun lingkungan tempat tinggal yang baru. Sistem pendidikan di universitas dapat menjadi hal yang membingungkan bagi mahasiswa baru dan kebingungan ini menjadi lebih besar ketika mahasiswa datang dari berbagai bahasa dan latar belakang budaya yang beragam (Rahayu & Arianti, 2020). Berdasarkan hasil dari analisa descriptive statistic dapat diketahui bahwa nilai *mean* empirik sebesar 29.529 dan termasuk ke dalam kategori rendah.

**Tabel 2. Independent Samples T-Test**

	t	df	P
Culture Shock	-0.767	102	0.223

*Sumber. Hasil Analisis*

*Note. For all test, the alternative hypothesis specifies that group Laki-laki is less than group perempuan*

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa sample penelitian sebanyak 104 subjek, yang diantaranya berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 54 dan untuk laki-laki berjumlah 50. Namun, setelah dilakukan perhitungan menurut *independent sample t-test* menunjukkan bahwa nilai *t-independent* < p 0.223, yang dapat disimpulkan bahwa tidak adanya perbedaan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami *Culture Shock*.

**Tabel 3. Group Descriptives**

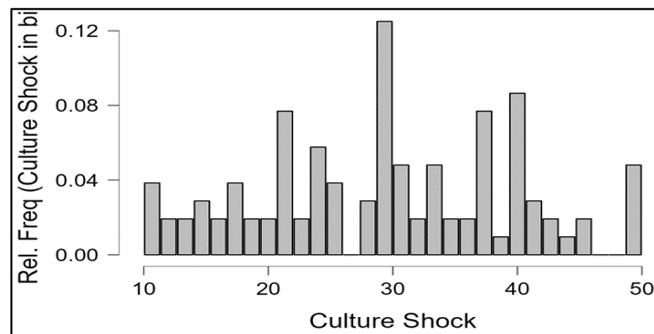
	Group	N	Mean	SD	SE	Coefficient of Variation
Culture Shock	Laki-Laki	50	28.720	9.823	1.389	0.342
	Perempuan	54	30.278	10.822	1.473	0.357

*Sumber. Hasil Analisis*

Pada tabel *descriptives* dapat diketahui bahwa jenis kelamin dari 104 subjek mahasiswa baru yang mengalami *Culture Shock* di Universitas bhayangkara

Jakarta Raya, responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 50 orang sedangkan responden perempuan berjumlah 54 orang.

**Gambar.1 Grafik Batang Culture Shock**



*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan gambar 1, skor dengan nilai 10 memiliki frekuensi 0,04. Lalu skor dengan nilai 20 memiliki frekuensi 0,01. Pada skor 30 memiliki frekuensi 0,12. Lalu pada skor 40 memiliki frekuensi 0,10. Dan pada skor 50 memiliki frekuensi 0,05. Dengan demikian skor nilai 30 memiliki frekuensi yang paling tinggi yang dimiliki dari total 104 responden.

**Tabel 4. Descriptives – Culture Shock**

Mengikuti Ospek	N	Mean	SD	SE	Coefficient of Variation
Tidak	8	26.375	9.516	3.364	0.361
Ya	96	29.792	10.401	1.062	0.349

*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa jumlah keseluruhan mahasiswa baru yang mengikuti ospek dengan 104 subjek, pada variabel Ya memiliki nilai mean 26,375 dan memiliki standar deviasi 9,516 dengan total subjek sebanyak 8, pada variabel Tidak memiliki nilai mean 29,792 dan standar deviasi 10,401 dengan total subjek yang memilih sebanyak 96.

**Tabel 5. ANOVA – Culture Shock**

Case	Sum of Squares	df	Mean Square	F	P
Mengikuti Ospek	86.205	1	86.205	0.806	0.371
Residuals	10911.708	102	106.978		

*Sumber. Hasil Analisis*

Berdasarkan hasil pada tabel 5 diatas, didapatkan nilai signifikan sebesar 0,371. pada nilai mengikuti ospek. Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0,05$  dan dapat dinyatakan bahwa pada variabel ini tidak ada perbedaan karena  $p$  lebih besar daripada 0,05. Didukung oleh penelitian terdahulu bahwa yang sudah dibahas pada pendahuluan bahwa banyak mahasiswa baru yang mengalami *Culture Shock* dalam dunia perkuliahan. Istilah "*Culture Shock*" pertama kali diperkenalkan oleh antropolog Kalervo Oberg pada tahun 1960 untuk menggambarkan respon negatif mendalam yang berkaitan dengan depresi, frustrasi, dan disorientasi, yang dialami oleh seseorang yang hidup dalam suatu lingkungan budaya yang baru (Simanjuntak & Fitriana, 2020).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai *Culture Shock* yang dialami mahasiswa baru dengan sampel 104 orang, yang dimana 54 sampel Perempuan dan 50 sampel Laki-laki. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa dalam kategori rendah karena data atau frekuensi rendah berada pada  $< 30$  dengan mean 29,529. Lalu, didapatkan hasil rata-rata sampel berjenis kelamin Perempuan 28,720 dan Laki-laki dengan rata-rata 30,278 dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antar perilaku konsumtif pada laki-laki dan perempuan. Dengan keterbatasan pengisian kuesioner hanya dilakukan oleh mahasiswa baru Universitas Bhayangkara yang mengalami *Culture Shock*.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, T. (2022). *Culture Shock Mahasiswa Baru*. 1–6.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asiyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 108–121. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.98>
- Bidang, A. S., Erawan, E., & Sary, K. A. (2018). Proses Adaptasi Mahasiswa Perantauan dalam Menghadapi Gegar Budaya (Kasus Adaptasi Mahasiswa Perantauan di Universitas Mulawarman Samarinda). *Ilmu Komunikasi*, 6(3), 212–225.
- Chafsoh, A. M. (2020). Munculnya Culture Shock Pada Mahasiswa Baru Dalam Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Sejarah Artikel*, 1(1), 1–11.
- Intan, T. (2019). Gegar Budaya Dan Pergulatan Identitas Dalam Novel Une Année Chez Les Français Karya Fouad Laroui. *Jurnal Ilmu Budaya*, 7(2), 165–166.
- Isnawati, I., Jalinus, N., & Risfendra, R. (2020). Analisis Kemampuan Pedagogi Guru SMK yang sedang Mengambil Pendidikan Profesi Guru dengan Metode Deskriptif Kuantitatif dan Metode Kualitatif. *INVOTEK: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi*, 20(1), 37–44. <https://doi.org/10.24036/invotek.v20i1.652>
- Jannah, Ema, U. (2013). Hubungan Antara Self-Efficacy Dan Kecerdasan Emosional Dengan Kemandirian Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 278–287.
- Mitasari, Z., & Istikomayanti, Y. (2019). Hubungan Antara Culture Shock Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Tahun Pertama Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 4(2), 105. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i2.4316>
- Pratiwi, E., & Susanto, Y. O. (2020). Penyesuaian Diri Terhadap Gegar Budaya Di

- Lingkungan Kerja. *WACANA: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 19(2), 249–262.  
<https://doi.org/10.32509/.v19i2.1112>
- Raharjo, Q. S. (2020). Fenomena Culture Shock Pada Mahasiswa Fkip Tingkat 1 Universitas Bung Hatta. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan Pkn*, 7(2), 143–151. <https://doi.org/10.36706/jbti.v7i2.10882>
- 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. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Riadi, M. (2020). *Populasi dan Sampel Penelitian (Pengertian, Proses, Teknik Pengambilan dan Rumus)*. KajianPustaka.Com.
- Sari, L. P., & Rusli, D. (2019). Pengaruh Culture Shock Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau. *Jurnal Riset Psikologi*, 4(1), 1–10.
- Simanjuntak, D., & Fitriana, R. (2020). Culture Shock, Adaptation, and Self-Concept of Tourism Human Resources in Welcoming the New Normal Era. *Society*, 8(2), 403–418. <https://doi.org/10.33019/society.v8i2.200>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Erlangga.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). Stress, coping and psychological adjustment over time. In *The Psychology of Culture Shock, Second Edition*.
- Wijaya, P. (2021). *Kuesioner Adalah; Pengertian, Jenis, Cara Membuat, dan 4 Contoh Kuesioner*. Ukulele.CO.NZ.