

## Hubungan Antara Culture shock dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau Program S1 dan Vokasi Angkatan 2021 di Universitas Bina Darma

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Dian Septa Riani Universitas Bina Darma <a href="mailto:dianseptariani1@gmail.com">dianseptariani1@gmail.com</a>	ISSN: 2963-8933 Vol. 5, No. 1 Februari 2026 <a href="http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp">http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp</a>
Nuzsep Almigo Universitas Bina Darma <a href="mailto:nuzsep@binadarma.ac.id">nuzsep@binadarma.ac.id</a>	

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

### **Saran Penulisan Referensi:**

Riani, D. S., & Almigo, N. (2026). Hubungan Antara Culture shock dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau Program S1 dan Vokasi Angkatan 2021 di Universitas Bina Darma. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan (AJPP)*, 5(1), 572-578.

### **Abstrak**

Mahasiswa perantau kerap dihadapkan pada perbedaan budaya, bahasa, dan pola interaksi sosial yang berpotensi menimbulkan *Culture shock*. Secara empiris, fenomena ini masih banyak ditemukan pada mahasiswa perantau, khususnya angkatan 2021 yang mengalami transisi dari pembelajaran daring ke tatap muka. Secara ideal, mahasiswa diharapkan mampu menyesuaikan diri secara optimal agar dapat berfungsi secara akademik dan sosial. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Culture shock* dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau angkatan 2021 di Universitas Bina Darma. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 167 mahasiswa perantau angkatan 2021 yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui skala penyesuaian diri dan skala *Culture shock* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan *Culture shock* ( $r = -0,613$ ;  $p = 0,000$ ), yang berarti semakin rendah tingkat penyesuaian diri, maka semakin tinggi *Culture shock* yang dialami mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan pentingnya penguatan kemampuan penyesuaian diri dalam menekan dampak *Culture shock*. Penelitian ini berimplikasi pada perlunya program pendampingan, orientasi, dan layanan konseling bagi mahasiswa perantau guna mendukung proses adaptasi akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi.

**Kata kunci:** *Culture Shock*, Mahasiswa Rantauan, Penyesuaian Diri.

### Abstract

Students who move away from home often face cultural, linguistic, and social interaction differences that can potentially cause *Culture shock*. Empirically, this phenomenon is still commonly found among students who move away from home, especially those in the class of 2021 who experienced a transition from online to face-to-face learning. Ideally, students are expected to be able to adapt optimally so that they can function academically and socially. Therefore, this study aims to determine the relationship between *Culture shock* and adjustment among 2021 migrant students at Bina Darma University. This study uses a quantitative approach with a correlational design. There were 167 participants in this study, consisting of 2021 migrant students selected using total sampling technique. Data were collected using an adjustment scale and a *Culture shock* scale that had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using Pearson Product Moment correlation with the help of the SPSS program. The results showed a significant negative relationship between self-adjustment and *Culture shock* ( $r = -0.613$ ;  $p = 0.000$ ), which means that the lower the level of self-adjustment, the higher the *Culture shock* experienced by students. This finding indicates the importance of strengthening self-adjustment skills in reducing the impact of *Culture shock*. This study implies the need for mentoring, orientation, and counseling services for students.

**Key Words:** *Culture Shock*, Students Living Away From Home, Adjustment.

### A. Pendahuluan

Mahasiswa merupakan individu yang sedang berada pada fase transisi perkembangan dewasa awal dan dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik, sosial, serta kemandirian pribadi. Salah satu kondisi yang sering dialami mahasiswa adalah status sebagai mahasiswa perantau, yaitu individu yang menempuh pendidikan tinggi di luar daerah asal. Perpindahan ini menuntut mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan baru yang memiliki perbedaan bahasa, kebiasaan, nilai, serta norma sosial. Apabila proses adaptasi tersebut tidak berjalan dengan baik, mahasiswa berpotensi mengalami hambatan psikologis dan sosial yang dapat memengaruhi keberlangsungan studi.

Dalam kajian psikologi lintas budaya, kondisi tersebut dikenal dengan istilah *Culture shock*. Oberg (1960) mendefinisikan *Culture shock* sebagai reaksi emosional berupa kecemasan, kebingungan, dan ketidaknyamanan yang muncul ketika individu berada pada lingkungan budaya yang berbeda dari budaya asalnya. Ward dkk. menjelaskan bahwa *Culture shock* mencakup dimensi kognitif, afektif, dan perilaku yang saling berkaitan dalam proses adaptasi individu. Mahasiswa perantau sering kali mengalami gejala *Culture shock* seperti perasaan terasing, homesick, kesulitan komunikasi, serta ketidaknyamanan dalam menjalin relasi sosial di lingkungan baru.

Menurut Santrock (2002) *Culture shock* dapat ditandai dengan beberapa ciri-ciri antara lain yaitu; a) Ketegangan, karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis, b) Perasaan kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, status dan kepemilikan, c) Penolakan terhadap orang-orang di lingkungan baru, d) Adanya kebingungan mengenai peran, harapan terhadap peran tersebut, nilai yang dianut, perasaan dan identitas diri, e) Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan, nilai atau norma, sopan santun di daerah asal dengan di daerah baru.

*Culture shock* muncul sebagai reaksi terhadap ketidakselarasan antara budaya asal mahasiswa dengan budaya yang mereka temui selama menjalani kehidupan perkuliahan di Universitas Bina Darma. Mulyana dan Rahmat (2017) menjelaskan bahwa kondisi keterkejutan budaya dapat memunculkan keluhan psikologis seperti kelelahan, kebingungan, hingga perasaan tidak nyaman yang akhirnya mengguncang konsep diri dan identitas budaya individu.

Fenomena *Culture shock* menjadi semakin relevan pada mahasiswa perantau angkatan 2021 di Universitas Bina Darma. Angkatan ini mengalami kondisi adaptasi yang unik karena harus melalui masa perkuliahan daring selama pandemi COVID-19, kemudian bertransisi ke pembelajaran tatap muka. Minimnya interaksi sosial selama perkuliahan daring menyebabkan sebagian mahasiswa mengalami kecanggungan dan kesulitan membangun relasi ketika kembali ke lingkungan kampus. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan

peneliti, ditemukan bahwa beberapa mahasiswa perantau menunjukkan perilaku menarik diri, merasa tidak percaya diri dalam berinteraksi, mengalami kerinduan terhadap keluarga, serta merasa tidak nyaman dengan perbedaan bahasa dan gaya komunikasi di lingkungan kampus. Fakta ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau masih menghadapi tantangan adaptasi yang cukup signifikan.

Secara teoretis, kemampuan penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam membantu individu menghadapi tuntutan lingkungan baru. Schneiders memandang penyesuaian diri sebagai proses dinamis yang melibatkan kemampuan individu dalam mengelola emosi, berpikir rasional, mengarahkan perilaku, serta memanfaatkan pengalaman untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan lingkungan. Mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik cenderung lebih mudah membangun hubungan sosial, berpartisipasi dalam aktivitas akademik, serta merasakan kepuasan dalam kehidupan kampus. Sebaliknya, rendahnya penyesuaian diri dapat memperkuat dampak negatif *Culture shock* dan menghambat fungsi sosial maupun akademik mahasiswa.

Menurut Masrurroh (2020) bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk mengubah respons atau tingkah lakunya agar sesuai dengan tuntutan lingkungan, tanpa kehilangan identitas dan keunikan pribadinya. Penyesuaian ini mencakup aspek sosial, emosional, dan perilaku yang berfungsi dalam membentuk interaksi yang sehat antara individu dan lingkungannya. Gunarsa (2012) menyatakan bahwa ciri-ciri penyesuaian diri yang baik, antara lain: a) Sikap dan tingkah laku yang nyata (*overt performance*) yang sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat. b) Mampu menyesuaikan diri dengan setiap kelompok yang dimasuki. c) Sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, bersedia berpartisipasi dan dapat menjalankan peranannya dengan baik sebagai anggota kelompok. d) Adanya rasa puas dan bahagia karena dapat mengambil bagian dalam aktivitas kelompok.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara *Culture shock* dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Beberapa penelitian menemukan hubungan negatif yang signifikan, di mana semakin tinggi *Culture shock* yang dialami mahasiswa maka semakin rendah tingkat penyesuaian dirinya. Temuan ini sejalan dengan pandangan Oberg yang menyatakan bahwa gegar budaya yang tidak terkelola dengan baik akan mempersulit individu dalam menyesuaikan diri. Namun demikian, terdapat pula penelitian yang menemukan hubungan positif antara kedua variabel tersebut, yang menunjukkan bahwa *Culture shock* dapat mendorong upaya penyesuaian diri. Perbedaan hasil penelitian ini menunjukkan adanya kesenjangan antara teori dan fakta empiris di lapangan, khususnya dalam konteks mahasiswa perantau dengan karakteristik dan pengalaman adaptasi yang berbeda.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, diperlukan penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara *Culture shock* dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau angkatan 2021 di Universitas Bina Darma. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *Culture shock* dan penyesuaian diri, serta bagaimana arah hubungan tersebut. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi sosial dan lintas budaya mengenai dinamika adaptasi mahasiswa perantau. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi pihak universitas dalam merancang program orientasi, pendampingan, dan layanan konseling yang mendukung proses adaptasi mahasiswa perantau.

Berdasarkan uraian tersebut, hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *Culture shock* dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau angkatan 2021 di Universitas Bina Darma, di mana semakin tinggi tingkat *Culture shock* yang dialami mahasiswa, maka semakin rendah tingkat penyesuaian dirinya, dan sebaliknya.

## **B. Metodologi**

### **Variabel atau Konsep yang diteliti**

Penelitian ini mengkaji dua variabel, yaitu penyesuaian diri sebagai variabel bebas (X) dan *Culture shock* sebagai variabel terikat (Y). Penyesuaian diri didefinisikan secara operasional sebagai kemampuan mahasiswa perantau dalam menyesuaikan diri secara emosional, sosial, dan akademik terhadap lingkungan kampus yang baru, yang diukur melalui skor total skala penyesuaian diri. *Culture shock* didefinisikan sebagai reaksi psikologis berupa ketidaknyamanan, kecemasan, kebingungan, dan kesulitan adaptasi akibat perbedaan budaya, yang diukur melalui skor total skala *Culture shock*. Semakin tinggi skor penyesuaian diri menunjukkan kemampuan adaptasi yang semakin baik, sedangkan semakin tinggi skor *Culture shock* menunjukkan tingkat gegar budaya yang semakin tinggi.

### **Metode Sampling**

Metode pengambilan sampel memuat penjelasan mengenai teknik sampling yang digunakan, dan ukuran sampel. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak dari jumlah populasi yang ada. Teknik ini merupakan prosedur pemilihan sampel secara acak, di mana setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai anggota sampel.

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah 167 mahasiswa perantau angkatan 2021 Universitas Bina Darma. Kriteria subjek dalam penelitian ini meliputi: (1) mahasiswa aktif angkatan 2021, (2) berasal dari luar daerah Palembang, dan (3) bersedia menjadi responden penelitian. Karakteristik demografis subjek mencakup jenis kelamin, usia, dan daerah asal, yang diperoleh melalui lembar identitas responden.

### **Instrumen Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen penelitian berbentuk skala psikologi dengan metode penskalaan Likert. Skala penyesuaian diri disusun berdasarkan aspek penyesuaian diri menurut Schneiders (1997) yang terdapat enam indikator utama yang menunjukkan kualitas penyesuaian diri seseorang yaitu kemampuan mengelola emosi secara proporsional, minimnya penggunaan mekanisme pertahanan diri, tingkat frustrasi yang rendah, berpikir rasional dan mampu mengarahkan diri sendiri, kemauan belajar untuk meningkatkan kualitas diri dan memanfaatkan pengalaman sebelumnya. Sedangkan skala *Culture shock* disusun berdasarkan konsep *Culture shock* dari Ward dkk (2020) dimensi utama menjelaskan bahwa *Culture shock* terjadi melalui tiga dimensi, yaitu pikiran (kognitif), perasaan (efektif), dan perilaku (behavior).

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dan *Culture shock* tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel penelitian. Desain korelasional dinilai sesuai untuk menjawab hipotesis penelitian mengenai arah dan kekuatan hubungan antarvariabel.

### **Prosedur Pengambilan Data**

Prosedur pengambilan data diawali dengan persiapan administrasi penelitian dan perizinan kepada pihak terkait. Selanjutnya, peneliti menyusun dan menguji instrumen penelitian melalui uji coba skala. Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa perantau angkatan 2021 secara langsung dan daring. Sebelum pengisian skala, subjek diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta jaminan kerahasiaan data, dan menyatakan kesediaannya melalui informed consent. Data yang terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum dianalisis.

### **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi Pearson Product Moment untuk menguji hubungan antara penyesuaian diri dan *Culture shock*. Teknik ini dipilih karena data penelitian berskala interval dan memenuhi asumsi normalitas. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

## **C. Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil**

#### **1. Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif dilakukan untuk memperoleh gambaran umum mengenai data penyesuaian diri dan *Culture shock* pada mahasiswa perantau angkatan 2021 Universitas Bina Darma. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif**

Variabel	Skor yang diperoleh (Empirik)				Skor yang dimungkinkan (Hipotetik)			
	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax
Penyesuaian Diri	100	19,6	60	205	137,5	27,5	55	220
<i>Culture shock</i>	173	23,1	113	210	135	27	54	216

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) empirik penyesuaian diri sebesar 100 dengan standar deviasi 19,6, sedangkan nilai rata-rata empiric *Culture shock* sebesar 173 dengan standar deviasi 23,1. Nilai standar deviasi yang lebih kecil dari nilai mean pada kedua variabel menunjukkan bahwa sebaran data relatif homogen.

## 2. Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi normalitas data. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Hasil uji normalitas disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	KS-Z	P	Keterangan
Penyesuaian Diri	0,059	0,200	Normal
<i>Culture shock</i>	0,062	0,200	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas, variabel penyesuaian diri menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $P = 0,200$ , yang lebih besar dari 0,05. Demikian pula, variabel *Culture shock* memiliki nilai signifikansi  $P = 0,200$ , juga melebihi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini memenuhi asumsi distribusi normal.

## 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dan *Culture shock* pada mahasiswa perantau. Hasil uji korelasi disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	Nilai R	Nilai P	Keterangan
Penyesuaian Diri (Y) dengan <i>Culture shock</i> (X)	-0,613	0,000	Sangat Signifikan

Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0,613 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan *Culture shock* pada mahasiswa perantau angkatan 2021 Universitas Bina Darma. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan *Culture shock* pada mahasiswa perantau program studi S1 dan Vokasi angkatan 2021 di Universitas Bina Darma. Nilai koefisien korelasi sebesar  $r = -0,613$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) mengindikasikan bahwa hubungan kedua variabel berada pada kategori kuat dan berarah negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat *Culture shock* yang dialami mahasiswa, maka semakin rendah tingkat penyesuaian dirinya, dan sebaliknya. Temuan ini mempertegas bahwa *Culture shock* merupakan faktor psikologis yang berkaitan erat dengan keberhasilan adaptasi mahasiswa perantau di lingkungan baru.

Secara teoretis, hasil penelitian ini sejalan dengan konsep *Culture shock* yang dikemukakan oleh Kalervo Oberg (1960), yang menjelaskan bahwa *Culture shock* merupakan respons emosional individu ketika memasuki lingkungan budaya baru. Respons tersebut ditandai dengan perasaan tidak nyaman, bingung, cemas, dan terancam, yang pada akhirnya dapat menghambat proses adaptasi. Pada konteks mahasiswa perantau, perbedaan bahasa, norma sosial, gaya komunikasi, serta sistem akademik menjadi sumber stres yang berpotensi mengganggu stabilitas emosi dan efektivitas penyesuaian diri.

Selain itu, menurut Schneiders (1997), penyesuaian diri tidak hanya mencakup aspek kognitif berupa penerimaan terhadap situasi, tetapi juga melibatkan regulasi emosi, kemampuan menjalin relasi sosial yang sehat, serta kesanggupan memenuhi tuntutan lingkungan secara realistis. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa sebagian mahasiswa telah

mampu memaknai pengalaman negatif secara kognitif, namun belum sepenuhnya mampu mengimplementasikannya dalam bentuk perilaku adaptif dan kestabilan emosi. Hal tersebut tercermin dari kecenderungan munculnya kecemasan berlebihan, perasaan tersinggung, serta penarikan diri dalam situasi sosial tertentu.

Mahasiswa perantau juga menghadapi dinamika identitas diri dalam proses adaptasi budaya. Kalervo Oberg menyatakan bahwa salah satu karakteristik *Culture shock* adalah munculnya perasaan terancam terhadap identitas akibat perbedaan nilai dan norma budaya. Sejalan dengan itu, Colleen Ward, Stephen Bochner, dan Adrian Furnham (2020) menjelaskan bahwa individu yang berada dalam lingkungan budaya baru sering mengalami konflik antara mempertahankan identitas asal dan memenuhi tuntutan adaptasi budaya baru. Dalam penelitian ini, mahasiswa cenderung merasa lebih nyaman berinteraksi dengan teman satu daerah dan mengalami kekakuan ketika berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses adaptasi belum sepenuhnya mencapai tahap integrasi sosial yang optimal.

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori penyesuaian diri rendah (56%) dan *Culture shock* tinggi (51,5%). Data ini mengindikasikan bahwa proses adaptasi mahasiswa perantau tidak berlangsung secara merata. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh faktor kepribadian, pengalaman hidup, kematangan emosi, serta dukungan sosial yang dimiliki individu. Mahasiswa dengan kontrol emosi rendah dan keterampilan sosial terbatas cenderung lebih rentan mengalami *Culture shock* yang intens, sehingga mengalami kesulitan dalam menjalin relasi sosial dan memahami norma budaya setempat.

Temuan penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian Devinta (2020), Masruroh (2020), serta Manery dkk. (2023) yang menyatakan adanya hubungan signifikan antara *Culture shock* dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Semakin baik kemampuan penyesuaian diri mahasiswa, semakin rendah tingkat *Culture shock* yang dialami. Dengan demikian, penyesuaian diri dapat dipandang sebagai faktor protektif dalam menghadapi tekanan budaya di lingkungan baru.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan kapasitas penyesuaian diri mahasiswa perantau melalui program pendampingan psikologis, pelatihan keterampilan sosial, serta pengembangan regulasi emosi. Intervensi yang bersifat preventif dan promotif di lingkungan perguruan tinggi diharapkan dapat membantu mahasiswa mengelola *Culture shock* secara adaptif, sehingga proses transisi budaya dapat berlangsung lebih sehat dan produktif secara akademik maupun sosial.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan *Culture shock* pada mahasiswa perantau angkatan 2021 di Universitas Bina Darma. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat penyesuaian diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *Culture shock* yang dialami, dan sebaliknya semakin rendah penyesuaian diri maka semakin tinggi *Culture shock* yang dirasakan. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa kemampuan penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam proses adaptasi mahasiswa perantau terhadap lingkungan akademik dan sosial yang baru, sehingga penguatan kemampuan penyesuaian diri perlu mendapat perhatian dalam upaya meminimalkan dampak negatif *Culture shock* di lingkungan perguruan tinggi.

#### E. Referensi

- Colleen Ward, C., Stephen Bochner, S., & Adrian Furnham, A. (2020). *The psychology of Culture shock (3rd ed.)*. London: Routledge.
- Devinta, R. (2020). *Hubungan antara Culture shock dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau*. Jurnal Psikologi, 8(2), 123-135.
- Gunarsa, S. D. (2012). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Kalervo Oberg. (1960). *Cultural shock: Adjustment to new cultural environments*. Practical Anthropology, 7, 177-182.
- Manery, A., dkk. (2023). *Hubungan Culture shock dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau*. Jurnal Psikologi Sosial, 11(1), 45-56.
- Masruroh, S. (2020). *Penyesuaian diri mahasiswa perantau di lingkungan perguruan tinggi*. Jurnal Psikologi Pendidikan, 9(1), 67-78.

- Mulyana, D., & Rakhmat, J. (2017). *Komunikasi antarbudaya: Panduan berkomunikasi dengan orang-orang berbeda budaya*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development (8th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Schneiders, A. A. (1997). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart & Winston.