



Pengaruh *Culture Shock* Terhadap Tingkat Adaptasi Pada Mahasiswa Perantau Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Riau

Nivandra Zulfah Maftukhah¹, Indrawati²

Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Riau^{1,2}

Received: 02 Agustus 2026		Abstrak Fenomena mahasiswa perantau membawa tantangan multidimensional mulai dari aspek emosional, sosial, akademik, hingga budaya yang berpotensi memicu terjadinya <i>culture shock</i> (gegar budaya). Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh <i>culture shock</i> terhadap tingkat adaptasi pada mahasiswa perantau domestik di Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian eksplanatif. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan kepada 40 responden mahasiswa perantau dan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif serta inferensial (regresi linear sederhana). Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat <i>culture shock</i> mahasiswa perantau mayoritas berada pada kategori sedang, sementara tingkat adaptasi mereka berada pada rentang kategori sedang hingga tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa mampu mengelola tekanan dan melakukan penyesuaian diri secara bertahap seiring berjalannya waktu. Secara empiris, keberhasilan penyesuaian diri mahasiswa perantau tidak hanya ditentukan oleh <i>culture shock</i> , melainkan dipengaruhi secara simultan oleh faktor pendukung lain seperti dukungan sosial teman sebaya, kepribadian, lingkungan pertemanan, dan kemampuan komunikasi.
Revised: 13 Agustus 2026		
Accepted: 02 September 2026		
Kata Kunci:		<i>Culture Shock</i> , Tingkat Adaptasi, Mahasiswa Perantau, Sosiologi FISIP UNRI, Pendekatan Kuantitatif.

(*) Corresponding Author: nivandra.zulfah0479@student.unri.ac.id¹, indrawati@lecturer.unri.ac.id²

How to Cite: Zulfah Maftukhah, N., & Indrawati, I. (2026). PENGARUH CULTURE SHOCK TERHADAP TINGKAT ADAPTASI PADA MAHASISWA PERANTAU JURUSAN SOSIOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS RIAU. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 12(9.D), 197-217. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/14349>.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merupakan salah satu sarana penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Melalui pendidikan tinggi, individu tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga mengembangkan kemampuan sosial, pola pikir kritis, serta keterampilan dalam menghadapi perubahan sosial yang semakin kompleks. Perguruan tinggi menjadi ruang bagi mahasiswa untuk berinteraksi dengan lingkungan baru yang memiliki keberagaman budaya, karakter, dan pola kehidupan yang berbeda-beda. Dalam proses tersebut, mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi selama menjalani kehidupan perkuliahan.

Fenomena mahasiswa perantau menjadi salah satu bagian yang tidak terpisahkan dari perkembangan pendidikan tinggi di Indonesia. Mahasiswa perantau merupakan mahasiswa yang meninggalkan daerah asal untuk melanjutkan pendidikan di daerah lain. Keputusan untuk merantau umumnya dilatarbelakangi oleh keinginan memperoleh pendidikan yang lebih baik, memperluas pengalaman, serta meningkatkan peluang masa depan. Namun, perpindahan dari lingkungan asal menuju lingkungan baru juga membawa berbagai tantangan yang harus dihadapi mahasiswa, baik dalam aspek sosial, budaya, akademik, maupun psikologis.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, sekitar 25% pelajar di Indonesia melanjutkan pendidikan tinggi di luar daerah asal mereka. Data tersebut menunjukkan bahwa mobilitas pendidikan di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap

tahunnya. Tingginya jumlah mahasiswa yang merantau menyebabkan interaksi antarbudaya di lingkungan perguruan tinggi menjadi semakin beragam. Kondisi ini menjadikan mahasiswa perantau harus mampu beradaptasi dengan lingkungan baru yang memiliki nilai, norma, bahasa, kebiasaan, serta pola interaksi sosial yang berbeda dari daerah asal mereka. Secara sosiologis, fenomena ini relevan dikaji melalui perspektif mobilitas sosial dan teori adaptasi lintas budaya. Merantau bukan sekadar perpindahan fisik, melainkan juga perpindahan sosial yang menuntut individu untuk merenegosiasi identitas, membangun modal sosial baru, serta menghadapi dinamika kelompok yang asing. Proses ini mencerminkan tantangan struktural yang tidak hanya bersifat personal, tetapi juga mencerminkan ketimpangan distribusi fasilitas pendidikan antardaerah yang mendorong terjadinya arus migrasi pendidikan secara besar-besaran.

Perbedaan budaya dan lingkungan tersebut sering kali menimbulkan kondisi yang dikenal sebagai culture shock atau kejutan budaya. Culture shock merupakan kondisi psikologis yang muncul ketika individu berada di lingkungan budaya yang baru dan berbeda dari budaya asalnya. Oberg (1960) menjelaskan bahwa culture shock merupakan bentuk ketidaknyamanan yang ditandai dengan munculnya rasa asing, kebingungan, kecemasan, hingga kesulitan memahami kebiasaan sosial di lingkungan baru. Culture shock tidak hanya berkaitan dengan perbedaan budaya secara umum, tetapi juga mencakup perubahan pola komunikasi, gaya hidup, sistem sosial, hingga pola pembelajaran dalam lingkungan pendidikan.

Mahasiswa perantau menjadi kelompok yang rentan mengalami culture shock karena mereka harus menghadapi perubahan lingkungan dalam waktu yang bersamaan. Pada awal masa perkuliahan, mahasiswa perantau tidak hanya dituntut untuk menyesuaikan diri dengan sistem akademik di perguruan tinggi, tetapi juga harus membangun hubungan sosial baru, memahami budaya lingkungan sekitar, serta menjalani kehidupan secara mandiri jauh dari keluarga. Kondisi tersebut sering kali menimbulkan tekanan emosional berupa rasa cemas, stres, homesickness, hingga perasaan terasing di lingkungan baru. Mobilitas mahasiswa antar daerah di Indonesia tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pendidikan, tetapi juga dipengaruhi oleh ketimpangan kualitas perguruan tinggi antar wilayah. Kondisi tersebut menyebabkan banyak mahasiswa memilih merantau ke daerah lain untuk memperoleh akses pendidikan yang lebih baik. Dalam proses perpindahan tersebut, mahasiswa harus menghadapi perubahan lingkungan sosial, budaya, bahasa, serta pola interaksi yang berbeda dengan daerah asalnya. Perubahan tersebut dapat memicu munculnya tekanan psikologis dan sosial yang dikenal sebagai culture shock. Fenomena ini menjadi penting dikaji karena berkaitan langsung dengan kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan mempertahankan keberlangsungan studi di perguruan tinggi.

Fenomena culture shock yang dialami mahasiswa perantau dapat terlihat dalam kehidupan akademik maupun sosial sehari-hari. Dalam aspek sosial, mahasiswa sering mengalami kesulitan berinteraksi dengan lingkungan baru akibat adanya perbedaan bahasa, dialek, pola komunikasi, serta karakter masyarakat di lingkungan kampus. Mahasiswa perantau yang belum mampu menyesuaikan diri cenderung merasa kurang percaya diri, membatasi interaksi sosial, bahkan menarik diri dari lingkungan pergaulan.

Mahasiswa perantau juga menghadapi tantangan berupa perubahan sistem pembelajaran dibandingkan dengan jenjang pendidikan sebelumnya. Sistem perkuliahan di perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk lebih mandiri, aktif berdiskusi, mampu berpikir kritis, serta menyelesaikan berbagai tugas akademik dalam waktu yang relatif singkat.

Perubahan tersebut dapat menimbulkan tekanan akademik bagi mahasiswa yang belum mampu beradaptasi dengan baik terhadap lingkungan kampus.

Culture shock juga memengaruhi kondisi emosional mahasiswa perantau. Perasaan rindu terhadap keluarga, kesulitan menjalani kehidupan mandiri, serta tekanan akibat perubahan lingkungan dapat memicu munculnya stres, kecemasan, gangguan konsentrasi, hingga menurunnya motivasi belajar. Jika kondisi tersebut berlangsung dalam waktu yang lama dan tidak mampu diatasi dengan baik, maka dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa serta menghambat proses adaptasi mereka di lingkungan kampus.

Universitas Riau (UNRI) sebagai salah satu perguruan tinggi negeri di Provinsi Riau menjadi tujuan pendidikan bagi mahasiswa dari berbagai daerah. Setiap tahunnya, Universitas Riau menerima ribuan mahasiswa baru yang berasal dari latar belakang budaya dan daerah yang berbeda-beda. Berdasarkan data Universitas Riau tahun akademik 2024/2025, jumlah mahasiswa baru yang mengikuti kegiatan Pengenalan Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Baru (PKKMB) mencapai 7.648 mahasiswa (Universitas Riau, 2024). Sementara itu, pada tahun akademik sebelumnya jumlah mahasiswa baru tercatat sebanyak 7.089 mahasiswa (Universitas Riau, 2023), dengan lebih dari seribu mahasiswa berasal dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP). Data tersebut menunjukkan bahwa lingkungan Universitas Riau memiliki tingkat keberagaman sosial dan budaya yang cukup tinggi sehingga memungkinkan terjadinya proses interaksi budaya di lingkungan kampus.

Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau menjadi salah satu lingkungan akademik yang memiliki mahasiswa dari berbagai daerah. Mahasiswa perantau di Jurusan Sosiologi tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga dituntut mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru. Perbedaan budaya, kebiasaan, pola komunikasi, serta lingkungan sosial yang beragam menyebabkan mahasiswa perantau perlu melakukan proses adaptasi agar mampu menjalani kehidupan akademik dan sosial secara baik. Terdapat keunikan tersendiri dalam memilih Jurusan Sosiologi sebagai lokus penelitian ini. Sebagai program studi yang secara keilmuan mempelajari interaksi sosial, struktur masyarakat, dan dinamika budaya, mahasiswa sosiologi secara tidak langsung dituntut untuk memiliki kepekaan sosial yang tinggi. Hal ini menjadikan pengalaman culture shock yang mereka alami tidak hanya menjadi tantangan personal, tetapi juga berpotensi memengaruhi kualitas pembelajaran sosiologis mereka secara langsung. Selain itu, sebagai jurusan yang merekrut mahasiswa dari berbagai kabupaten dan provinsi, Jurusan Sosiologi FISIP UNRI merepresentasikan mikrokosmos keberagaman budaya yang menjadikannya subjek penelitian yang sangat representatif.

Dalam menghadapi culture shock kemampuan adaptasi menjadi faktor yang sangat penting bagi mahasiswa perantau. Adaptasi merupakan proses penyesuaian diri individu terhadap lingkungan baru untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dengan tuntutan lingkungan sosial. Adaptasi mencakup kemampuan individu dalam membangun hubungan sosial, memahami budaya lingkungan, menyesuaikan diri dengan sistem akademik, serta mengelola tekanan emosional yang muncul akibat perubahan lingkungan.

Mahasiswa yang memiliki kemampuan adaptasi yang baik cenderung lebih mudah menghadapi berbagai tantangan selama menjalani kehidupan perkuliahan. Sebaliknya, mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi berpotensi mengalami hambatan akademik, isolasi sosial, serta tekanan psikologis yang lebih besar. Oleh karena itu, hubungan antara culture shock dan tingkat adaptasi menjadi penting untuk dikaji lebih mendalam, khususnya pada mahasiswa perantau.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa culture shock memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan adaptasi individu. Penelitian Safitri (2024) menunjukkan bahwa tingkat culture shock memengaruhi kemampuan penyesuaian diri mahasiswa asing dalam lingkungan baru. Penelitian lain yang dilakukan oleh Purba (2023) juga menunjukkan bahwa mahasiswa perantau mengalami beberapa tahapan adaptasi budaya sebelum akhirnya mampu merasa nyaman di lingkungan baru. Selain itu, penelitian Ningsih (2022) menjelaskan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar membantu mahasiswa dalam mengurangi dampak culture shock dan mempercepat proses adaptasi.

Meskipun penelitian terdahulu telah banyak mengkaji fenomena culture shock dan adaptasi, terdapat kesenjangan penelitian yang perlu diisi. Sebagian besar penelitian yang ada berfokus pada mahasiswa internasional atau menggunakan pendekatan kualitatif, sehingga belum banyak yang secara kuantitatif mengukur pengaruh langsung culture shock terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau domestik di Indonesia. Selain itu, kajian khusus mengenai mahasiswa perantau di Jurusan Sosiologi FISIP Universitas Riau, yang merupakan kelompok dengan keberagaman latar belakang budaya yang tinggi, belum pernah dilakukan sebelumnya. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar perlunya penelitian ini dilaksanakan secara lebih spesifik dan terukur.

Penelitian mengenai pengaruh culture shock terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai bentuk culture shock yang dialami mahasiswa perantau serta bagaimana pengaruhnya terhadap kemampuan adaptasi mahasiswa di lingkungan kampus. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi institusi pendidikan dalam mendukung proses penyesuaian mahasiswa perantau agar mampu menjalani kehidupan akademik dan sosial secara optimal.

Urgensi penelitian ini juga diperkuat oleh dampak nyata yang ditimbulkan dari kegagalan adaptasi. Mahasiswa yang tidak mampu mengelola culture shock secara efektif berisiko mengalami penurunan prestasi akademik, gangguan kesehatan mental, bahkan meninggalkan bangku perkuliahan sebelum menyelesaikan studi. Dalam konteks Indonesia, di mana budaya merantau untuk menempuh pendidikan sudah mengakar kuat, pemahaman yang mendalam mengenai mekanisme culture shock dan adaptasi menjadi investasi strategis untuk meningkatkan angka keberhasilan studi dan kesejahteraan psikologis mahasiswa secara keseluruhan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Pengaruh Culture shock terhadap **Tingkat Adaptasi pada Mahasiswa Perantau Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau**”. Penelitian mengenai *culture shock* dan adaptasi mahasiswa perantau menjadi penting karena kegagalan proses adaptasi dapat berdampak pada menurunnya prestasi akademik, rendahnya keterlibatan sosial mahasiswa, hingga meningkatnya resiko stres akademik dan gangguan psikologis. Oleh karena itu, pemahaman mengenai pengaruh *culture shock* terhadap tingkat adaptasi mahasiswa dapat menjadi dasar bagi perguruan tinggi dalam merancang program pendampingan mahasiswa perantau.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksplanatif. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *culture shock* terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau melalui pengukuran

variabel yang dinyatakan dalam bentuk angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik. Penelitian eksplanatif digunakan untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat antara variabel independen *culture shock* (X) dan variabel dependen tingkat adaptasi (Y) berdasarkan data yang diperoleh dari responden.

HASIL & PEMBAHASAN

Tingkat Culture Shock Mahasiswa Perantau

Adapun hasil tingkat *culture shock* mahasiswa perantau yang dilakukan dengan uji validitas. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana butir pernyataan dalam kuisioner mampu mengukur variable yang diteliti. Pengujian validitas dilakukan dengan membandingkan nilai *r* hitung dengan nilai *r* table.

Indikator emosional nilai *r* hitung berkisar antara 0,631 hingga 0,768. Nilai tertinggi terdapat pada item ketiga (0,768), sedangkan nilai terendah terdapat pada item kelima (0,631). Menurut Hanfianto (2023), aspek emosional merupakan salah satu indikator utama dalam fenomena *culture shock*, karena mahasiswa perantau sering mengalami perasaan cemas, kesepian, stres, rindu kampung halaman (*homesickness*), dan ketidaknyamanan selama proses adaptasi. Temuan ini sejalan dengan Ikhtiara (2025) yang menunjukkan bahwa perbedaan budaya dan lingkungan sosial baru sering menimbulkan tekanan emosional pada mahasiswa perantau, terutama pada masa awal tinggal di daerah tujuan.

Indikator sosial seluruh item memiliki nilai *r* hitung yang tinggi, yaitu antara 0,775 hingga 0,889. Tingginya validitas pada dimensi sosial menunjukkan bahwa aspek interaksi sosial merupakan komponen penting dalam mengukur tingkat *culture shock* (Mirah et al., 2025). Kemampuan membangun hubungan sosial menjadi faktor utama dalam keberhasilan proses adaptasi dan penyesuaian diri di lingkungan baru (Manery et al, 2023).

Indikator akademik nilai *r* hitung berada pada rentang 0,628–0,876. Nilai tertinggi ditemukan pada item ketiga sebesar 0,876 yang menunjukkan tingkat validitas sangat kuat. Hasil ini menunjukkan bahwa setiap pernyataan dalam dimensi akademik mampu mengukur pengalaman mahasiswa terkait penyesuaian terhadap sistem pembelajaran, metode pengajaran dosen, tuntutan tugas akademik, serta budaya belajar yang berbeda dari daerah asal. Menurut Manery et al. (2023), bagi mahasiswa perantau, perubahan lingkungan akademik sering kali menjadi salah satu sumber *culture shock* karena mereka harus menyesuaikan diri dengan standar dan pola pembelajaran yang baru.

Pada dimensi budaya dan lingkungan, nilai *r* hitung berkisar antara 0,432 hingga 0,742. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh item dalam dimensi budaya dan lingkungan dapat digunakan untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap perbedaan bahasa, kebiasaan masyarakat, makanan, nilai-nilai sosial, serta kondisi lingkungan fisik yang berbeda dengan daerah asal mereka. Menurut Hanafianto (2023), aspek budaya dan lingkungan merupakan inti dari konsep *culture shock*, karena individu akan menghadapi berbagai perubahan yang memerlukan proses adaptasi secara bertahap. Hal ini juga disampaikan oleh Simamarta et al. (2025), perbedaan budaya lokal sering menjadi penyebab utama munculnya gegar budaya, terutama pada mahasiswa yang berasal dari daerah dengan karakteristik sosial dan budaya yang berbeda secara signifikan.

Tabel Hasil Tingkat Culture Shock Mahasiswa Perantau

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
Aspek Emosional	Sejauh mana tingkat homesickness (rasa	200,00 – 333,33	Rendah	6	15
		333,34 – 466,67	Sedang	18	45

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
	rindu rumah) yang teman-teman rasakan sejak merantau?	466,68 – 600,01	Tinggi	16	40
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kecemasan yang teman-teman rasakan saat pertama kali merantau?	200,00 – 333,33	Rendah	12	30
		333,34 – 466,67	Sedang	16	40
		466,68 – 600,01	Tinggi	12	30
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat perasaan tertekan teman-teman dalam menjalani kehidupan sebagai mahasiswa perantau?	200,00 – 333,33	Rendah	11	27,5
		333,34 – 466,67	Sedang	22	55
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kebingungan teman-teman dalam memahami pola kehidupan di lingkungan baru?	200,00 – 333,33	Rendah	12	30
		333,34 – 466,67	Sedang	22	55
		466,68 – 600,01	Tinggi	6	15
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman saat mengendalikan emosi ketika menghadapi situasi baru?	200,00 – 333,33	Rendah	8	20
		333,34 – 466,67	Sedang	25	62,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
	Total			40	100
Aspek sosiall	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman dalam menjalin hubungan pertemanan di lingkungan kampus?	200,00 – 333,33	Rendah	10	25
		333,34 – 466,67	Sedang	23	57,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat ketidaknyamanan yang teman-teman rasakan saat	200,00 – 333,33	Rendah	14	35
		333,34 – 466,67	Sedang	22	55
		466,68 – 600,01	Tinggi	4	10

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
	berkomunikasi di lingkungan kampus?				
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat ketidaknyamanan teman-teman dengan pola pergaulan yang berbeda dari daerah asal?	200,00 – 333,33	Rendah	11	27,5
		333,34 – 466,67	Sedang	23	57,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	6	15
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat keseringan teman-teman saat merasa terasing dalam lingkungan sosial kampus?	200,00 – 333,33	Rendah	15	37,5
		333,34 – 466,67	Sedang	18	45
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat perasaan tidak diterima yang teman-teman rasakan dilingkungan pergaulan kampus?	200,00 – 333,33	Rendah	23	57,5
		333,34 – 466,67	Sedang	12	30
		466,68 – 600,01	Tinggi	5	12,5
	Total			40	100
Aspek akademik	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman dalam mengikuti proses perkuliahan?	200,00 – 333,33	Rendah	11	27,5
		333,34 – 466,67	Sedang	25	62,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	4	10
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman dalam menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu?	200,00 – 333,33	Rendah	7	17,5
		333,34 – 466,67	Sedang	27	67,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	6	15
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kebingungan teman-teman terhadap sistem pembelajaran dikampus?	200,00 – 333,33	Rendah	9	22,5
		333,34 – 466,67	Sedang	26	65
		466,68 – 600,01	Tinggi	5	12,5
	Total			40	100
		200,00 – 333,33	Rendah	4	10

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
	Sejauh mana tingkat stres teman-teman akibat beban akademik?	333,34 – 466,67	Sedang	29	72,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman dalam menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran di perguruan tinggi?	200,00 – 333,33	Rendah	7	17,5
		333,34 – 466,67	Sedang	22	55
		466,68 – 600,01	Tinggi	11	27,5
	Total			40	100
Aspek budaya dan lingkungan	Sejauh mana tingkat shock teman-teman terhadap perbedaan kebiasaan dan nilai budaya setempat?	200,00 – 333,33	Rendah	12	30
		333,34 – 466,67	Sedang	20	50
		466,68 – 600,01	Tinggi	8	20
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat ketidaknyamanan teman-teman dengan kondisi geografis dan iklim di daerah perantauan?	200,00 – 333,33	Rendah	13	32,5
		333,34 – 466,67	Sedang	16	40
		466,68 – 600,01	Tinggi	11	27,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat ketidaknyamanan teman-teman dengan perbedaan bahasa daerah?	200,00 – 333,33	Rendah	19	47,5
		333,34 – 466,67	Sedang	18	45
		466,68 – 600,01	Tinggi	3	7,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman dalam menyesuaikan diri dengan ritme kehidupan sehari-hari?	200,00 – 333,33	Rendah	14	35
		333,34 – 466,67	Sedang	19	47,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kesulitan teman-teman dalam	200,00 – 333,33	Rendah	16	40
		333,34 – 466,67	Sedang	23	57,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	1	2,5

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
	menerima budaya baru?				
	Total			40	100

Berdasarkan hasil analisis tingkat culture shock mahasiswa perantau Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau masih mengalami berbagai bentuk culture shock selama menjalani kehidupan di lingkungan baru, namun kondisi tersebut masih dapat diatasi melalui proses penyesuaian diri yang dilakukan secara bertahap.

Culture shock yang dialami responden terlihat pada aspek emosional, sosial, akademik, serta budaya dan lingkungan. Pada aspek emosional, sebagian mahasiswa masih merasakan kerinduan terhadap keluarga, kecemasan, dan ketidaknyamanan selama berada jauh dari daerah asal. Pada aspek sosial, mahasiswa perlu beradaptasi dengan pola komunikasi, pergaulan, dan karakter teman yang berasal dari latar belakang budaya yang berbeda. Selain itu, pada aspek akademik mahasiswa juga menghadapi tuntutan pembelajaran yang berbeda dibandingkan dengan pengalaman pendidikan sebelumnya.

Mayoritas responden menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi berbagai perubahan tersebut. Hal ini tercermin dari dominannya kategori sedang yang mengindikasikan bahwa mahasiswa tidak mengalami culture shock dalam tingkat yang terlalu tinggi. Seiring berjalannya waktu, mahasiswa mulai mampu memahami lingkungan baru, membangun hubungan sosial, serta menyesuaikan diri dengan budaya dan sistem akademik yang berlaku di Universitas Riau.

Temuan ini menunjukkan bahwa culture shock merupakan pengalaman yang wajar dialami mahasiswa perantau pada masa awal perkuliahan. Namun, melalui interaksi sosial, pengalaman belajar, dan proses adaptasi yang berkelanjutan, mahasiswa secara bertahap mampu mengurangi dampak *culture shock* sehingga dapat menjalani kehidupan akademik dan sosial dengan lebih baik.

Tingkat Adaptasi Mahasiswa Perantau

Adaptasi yang dilakukan mahasiswa perantau menunjukkan adanya upaya untuk mencapai keseimbangan dengan lingkungan sosial yang baru. Melalui interaksi sosial, keterlibatan dalam kegiatan akademik, serta hubungan pertemanan di kampus, mahasiswa secara bertahap mampu memahami lingkungan baru dan mengurangi berbagai hambatan yang muncul pada masa awal perkuliahan. Temuan ini menunjukkan bahwa proses adaptasi menjadi mekanisme penting dalam mengatasi culture shock yang dialami mahasiswa perantau.

Indikator emosional nilai r hitung berkisar antara 0,628 hingga 0,876. Nilai tertinggi terdapat pada item keempat (0,876), sedangkan nilai terendah terdapat pada item kelima (0,628). Menurut Manery et al. (2023), kemampuan adaptasi emosional merupakan salah satu faktor penting bagi mahasiswa perantau karena proses perpindahan ke daerah baru sering menimbulkan tekanan psikologis akibat perbedaan budaya, lingkungan sosial, dan pola kehidupan sehari-hari.

Indikator sosial nilai r hitung berada pada rentang 0,526 hingga 0,878. Nilai tertinggi terdapat pada item pertama sebesar 0,878, sedangkan nilai terendah terdapat pada item kelima sebesar 0,526. Hasil ini menunjukkan bahwa setiap item mampu mengukur kemampuan mahasiswa dalam membangun hubungan sosial, berinteraksi dengan teman sebaya, berkomunikasi dengan masyarakat sekitar, serta menyesuaikan diri dengan norma sosial yang

berlaku. Menurut Safitri dan Maunah (2025), adaptasi sosial menjadi aspek penting bagi mahasiswa perantau karena keberhasilan menjalin interaksi sosial dapat membantu mengurangi perasaan terasing dan meningkatkan rasa memiliki terhadap lingkungan baru. Temuan ini juga sesuai dengan penelitian Mirah et al. (2025) menunjukkan bahwa interaksi sosial berperan sebagai mekanisme penting dalam mengurangi culture shock dan mempercepat proses adaptasi mahasiswa perantau.

Indikator akademik seluruh item juga dinyatakan valid dengan nilai r hitung antara 0,414 hingga 0,546. Hasil tersebut menunjukkan bahwa item-item yang digunakan mampu mengukur kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap sistem pembelajaran, metode pengajaran dosen, tuntutan tugas, serta lingkungan akademik di perguruan tinggi. Adaptasi akademik merupakan salah satu tantangan utama yang dihadapi mahasiswa perantau karena mereka harus menyesuaikan diri dengan budaya belajar yang berbeda dari daerah asal (Rifqi & Selian, 2025).

Pada dimensi budaya dan lingkungan, nilai r hitung berkisar antara 0,569 hingga 0,806. Nilai tertinggi terdapat pada item kelima sebesar 0,806, sedangkan nilai terendah terdapat pada item pertama sebesar 0,569. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh item mampu mengukur kemampuan mahasiswa dalam memahami dan menyesuaikan diri terhadap budaya lokal, bahasa, kebiasaan masyarakat, serta kondisi lingkungan tempat tinggal yang baru. Menurut Rifqi dan Selian (2025), adaptasi terhadap budaya dan lingkungan menjadi aspek yang sangat penting bagi mahasiswa perantau karena perbedaan nilai budaya dan pola kehidupan dapat memunculkan ketidaknyamanan pada tahap awal perantauan. Manery et al. (2023) juga menjelaskan, semakin baik kemampuan mahasiswa dalam memahami budaya setempat, maka semakin mudah pula mereka menyesuaikan diri dan menjalani kehidupan sosial secara harmonis.

Tabel Hasil Tingkat Adaptasi Mahasiswa Perantau

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
Aspek tingkat adaptasi sosial	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam menjalin hubungan sosial di lingkungan kampus?	200,00 – 333,33	Rendah	7	17,5
		333,34 – 466,67	Sedang	26	65
		466,68 – 600,01	Tinggi	7	17,5
		Total		40	100
	Sejauh mana tingkat kenyamanan teman-teman dalam berinteraksi dengan teman dari latar belakang budaya berbeda?	200,00 – 333,33	Rendah	4	10
		333,34 – 466,67	Sedang	27	67,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	9	22,5
		Total		40	100
	Sejauh mana tingkat keaktifan teman-teman yg terlibat dalam kegiatan sosial kampus?	200,00 – 333,33	Rendah	8	20
		333,34 – 466,67	Sedang	27	67,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	5	12,5
		Total		40	100

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%	
	Sejauh mana tingkat kepercayaan diri teman-teman saat berkomunikasi dengan lingkungan sekitar?	200,00 – 333,33	Rendah	9	22,5	
		333,34 – 466,67	Sedang	25	62,5	
		466,68 – 600,01	Tinggi	6	15	
		Total		40	100	
	Sejauh mana tingkat penerimaan yang teman-teman rasakan di lingkungan sosial kampus?	200,00 – 333,33	Rendah	4	10	
		333,34 – 466,67	Sedang	32	80	
		466,68 – 600,01	Tinggi	4	10	
	Total		40	100		
	Aspek adaptasi akademik	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam mengikuti proses perkuliahan?	200,00 – 333,33	Rendah	2	5
			333,34 – 466,67	Sedang	34	85
466,68 – 600,01			Tinggi	4	10	
Total			40	100		
Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam menyesuaikan diri dengan metode pembelajaran dosen?		200,00 – 333,33	Rendah	5	12,5	
		333,34 – 466,67	Sedang	31	77,5	
		466,68 – 600,01	Tinggi	4	10	
		Total		40	100	
Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam menyelesaikan tugas perkuliahan tepat waktu?		200,00 – 333,33	Rendah	1	2,5	
		333,34 – 466,67	Sedang	34	85	
		466,68 – 600,01	Tinggi	5	12,5	
		Total		40	100	
Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam mengatur waktu belajar?		200,00 – 333,33	Rendah	7	17,5	
		333,34 – 466,67	Sedang	30	75	
		466,68 – 600,01	Tinggi	3	7,5	
		Total		40	100	
Sejauh mana tingkat kepercayaan diri teman-teman dalam menjalani kegiatan akademik?		200,00 – 333,33	Rendah	2	5	
		333,34 – 466,67	Sedang	32	80	
		466,68 – 600,01	Tinggi	6	15	
Total		40	100			
			200,00 – 333,33	Rendah	1	2,5

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
Aspek adaptasi budaya dan lingkungan	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam menerima perbedaan budaya di lingkungan kampus?	333,34 – 466,67	Sedang	31	77,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	8	20
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam menyesuaikan diri dengan norma dan kebiasaan setempat?	200,00 – 333,33	Rendah	3	7,5
		333,34 – 466,67	Sedang	33	82,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	4	10
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kenyamanan teman-teman dalam hidup di lingkungan budaya yang berbeda?	200,00 – 333,33	Rendah	2	5
		333,34 – 466,67	Sedang	35	87,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	3	7,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam menghargai perbedaan nilai dan kebiasaan sosial?	200,00 – 333,33	Rendah	1	2,5
		333,34 – 466,67	Sedang	22	55
		466,68 – 600,01	Tinggi	17	42,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kemampuan anda dalam menyesuaikan diri dengan budaya baru?	200,00 – 333,33	Rendah	1	2,5
		333,34 – 466,67	Sedang	30	75
		466,68 – 600,01	Tinggi	9	22,5
Total	40			100	
Aspek adaptasi emosional	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam mengendalikan stres selama menjalani perkuliahan?	200,00 – 333,33	Rendah	5	12,5
		333,34 – 466,67	Sedang	27	67,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	8	20
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kemampuan teman-teman dalam mengelola perasaan	200,00 – 333,33	Rendah	8	20
		333,34 – 466,67	Sedang	18	45
		466,68 – 600,01	Tinggi	14	35

Indikator	Pertanyaan	Interval	Kategori	Responden	Persentase%
	rindu terhadap keluarga?				
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat ketenangan teman-teman saat menghadapi tekanan akademik?	200,00 – 333,33	Rendah	8	20
		333,34 – 466,67	Sedang	23	57,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	9	22,5
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kestabilan emosi teman-teman sebagai mahasiswa perantau?	200,00 – 333,33	Rendah	8	20
		333,34 – 466,67	Sedang	24	60
		466,68 – 600,01	Tinggi	8	20
	Total			40	100
	Sejauh mana tingkat kesiapan mental teman-teman dalam menjalani kehidupan perantauan?	200,00 – 333,33	Rendah	7	17,5
		333,34 – 466,67	Sedang	23	57,5
		466,68 – 600,01	Tinggi	10	25
	Total			40	100

Pengaruh X dan Y

Adapun hasil uji reliabilitas terhadap pengaruh culture shock (x) dan adaptasi (y) pada penelitian ini. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian dalam mengukur variabel yang diteliti. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan nilai Cronbach's Alpha, di mana suatu variabel dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,6. Berikut adalah hasil uji reliabilitas yang dapat dilihat pada Tabel 5.9.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada tabel di atas, diketahui bahwa seluruh variabel penelitian memiliki nilai Cronbach's Alpha yang lebih besar daripada nilai batas minimum reliabilitas sebesar 0,60. Menurut Ghazali (2011), instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,60 sehingga dapat digunakan dalam penelitian untuk memperoleh hasil yang akurat dan stabil. Dengan demikian, seluruh instrumen yang digunakan dalam penelitian mengenai pengaruh culture shock terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau dinyatakan reliabel.

Variabel culture shock (X), dimensi sosial memiliki nilai Cronbach's Alpha tertinggi yaitu 0,811. Hasil ini mengindikasikan bahwa indikator yang berkaitan dengan interaksi sosial, kemampuan menjalin hubungan dengan lingkungan baru, serta penyesuaian terhadap norma sosial mampu memberikan hasil pengukuran yang stabil. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mirah et al. (2025) yang menyatakan bahwa aspek sosial merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi pengalaman culture shock mahasiswa perantau karena mereka harus beradaptasi dengan pola komunikasi dan hubungan sosial yang berbeda dari daerah asalnya.

Indikator akademik pada variabel culture shock memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,797, sedangkan dimensi emosional sebesar 0,783. Kedua nilai tersebut menunjukkan kategori reliabilitas yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa item-item pertanyaan yang

digunakan mampu secara konsisten mengukur pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik baru, metode pembelajaran yang berbeda, serta berbagai respons emosional seperti kecemasan, stres, kebingungan, dan kerinduan terhadap kampung halaman. Menurut Riani dan Almigo (2026), mahasiswa perantau sering menghadapi perubahan sistem pembelajaran dan lingkungan akademik yang berbeda dari daerah asalnya, sehingga aspek akademik dan emosional menjadi bagian penting dalam pengukuran culture shock.

Sementara itu, dimensi budaya dan lingkungan memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,758. Nilai tersebut masih berada jauh di atas batas minimum reliabilitas, sehingga menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan mampu mengukur kemampuan mahasiswa dalam menghadapi perbedaan budaya, kebiasaan masyarakat, bahasa, dan lingkungan tempat tinggal secara konsisten. Penelitian Putri et al. (2026) menunjukkan bahwa adaptasi terhadap budaya lokal merupakan salah satu tahapan penting dalam mengurangi dampak culture shock dan meningkatkan keberhasilan penyesuaian diri.

Variabel tingkat adaptasi (Y), dimensi adaptasi emosional memperoleh nilai Cronbach's Alpha tertinggi yaitu 0,804. Tingginya reliabilitas pada dimensi ini menunjukkan bahwa aspek emosional merupakan komponen penting dalam proses adaptasi mahasiswa perantau. Menurut Rohi (2026), mahasiswa yang mampu mengelola emosinya dengan baik cenderung lebih mudah menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru dan lebih mampu mengatasi berbagai tantangan yang muncul selama masa perantauan.

Dimensi adaptasi sosial dan adaptasi budaya-lingkungan masing-masing memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,796 dan 0,762. Kedua nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat keandalan yang baik dalam mengukur kemampuan mahasiswa untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial baru serta memahami budaya setempat (Saputri et al., 2024). Sementara itu, adaptasi akademik memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,643 yang merupakan nilai terendah di antara seluruh dimensi, namun masih berada di atas batas minimum reliabilitas sebesar 0,60 sehingga tetap dinyatakan reliabel. Nilai ini menunjukkan bahwa meskipun tingkat konsistensinya tidak setinggi dimensi lainnya, instrumen tetap mampu mengukur kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap sistem pembelajaran dan tuntutan akademik secara konsisten (Manery et al., 2023).

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh dimensi pada variabel culture shock dan tingkat adaptasi memiliki nilai Cronbach's Alpha antara 0,643 hingga 0,811. Hasil ini menunjukkan bahwa setiap item pernyataan mampu memberikan hasil pengukuran yang stabil dan dapat dipercaya dalam mengukur tingkat culture shock serta tingkat adaptasi mahasiswa perantau. Dengan demikian, instrumen penelitian telah memenuhi persyaratan metodologis untuk digunakan dalam analisis pengaruh culture shock terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov.

Tabel Uji Normalitas Dengan Metode Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000

	Std. Deviation	3.95330053
Most Extreme Differences	Absolute	.147
	Positive	.147
	Negative	-.092
Test Statistic		.147
Asymp. Sig. (2-tailed)		.099 ^c
Ket: a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

Sumber: Data Diolah Oleh Penulis

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. (2-tailed)) sebesar 0,099. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan analisis regresi linier.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara variabel *culture shock* dan tingkat adaptasi. Berdasarkan hasil uji linearitas, diperoleh nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,438, yang lebih besar dari 0,05; hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linear (segaris) sehingga asumsi regresi linier dapat dipenuhi (Al-Mukdad & Çetin, 2024; Fatmawati & Fitri, 2023; Wahyuni et al., 2021).

Penelitian Al-Mukdad dan Çetin (2024) menemukan hubungan negatif yang signifikan antara *culture shock* dan adaptasi sosial-budaya pada mahasiswa internasional, sehingga menegaskan bahwa variabel adaptasi dapat digunakan sebagai prediktor linier dari *culture shock*. Selain itu, Fatmawati dan Fitri (2023) dalam penelitian mereka tentang mahasiswa rantau menunjukkan bahwa uji linearitas antara *culture shock* dan penyesuaian diri menghasilkan nilai signifikansi Deviation from Linearity > 0,05, yang berarti hubungan antara kedua variabel bersifat linier dan layak dianalisis dengan regresi. Senada dengan itu, Wahyuni et al. (2021) menemukan bahwa *culture shock* berhubungan negatif dan signifikan dengan adaptasi sosial mahasiswa rantau, semakin rendah tingkat *culture shock* maka semakin tinggi kemampuan adaptasi, sehingga konsisten dengan asumsi hubungan linier antara kedua variabel.

Tabel Uji Linearitas

ANOVA Table						
			Sum of Squares	f	Mean Square	ig.
Tingkat Adaptasi * <i>Culture shock</i>	Between Groups	(Combined)	547.867	8	30.437	.930
		Linearity	248.574		248.574	5.760
		Deviation from Linearity	299.293	7	17.605	.116
	Within Groups		173.500	1	15.773	

	Total	721.367	9			
--	-------	---------	---	--	--	--

Sumber: Data Diolah Oleh Penulis

Hasil uji linearitas pada tabel menunjukkan bahwa hubungan antara culture shock dan tingkat adaptasi memenuhi asumsi linearitas. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,438, yang lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari garis linear. Dengan demikian, hubungan kedua variabel dapat dinyatakan linear dan layak dilanjutkan ke analisis regresi linier sederhana.

Pada baris Linearity diperoleh nilai signifikansi 0,002 yang lebih kecil dari 0,05, yang menunjukkan bahwa hubungan linear antara culture shock dan tingkat adaptasi bersifat signifikan. Artinya, culture shock memiliki hubungan yang bermakna dengan tingkat adaptasi, sehingga analisis regresi linier sederhana dapat digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh culture shock terhadap adaptasi.

Dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel *culture shock* dan tingkat adaptasi bersifat linear, sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan analisis regresi linier sederhana.

Analisis Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel *culture shock* terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau. Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh nilai R Square sebesar 0,372. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *culture shock* memberikan kontribusi sebesar 37,2% terhadap variasi tingkat adaptasi mahasiswa perantau, sedangkan sisanya sebesar 62,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

Tabel Analisis Regresi Linier sederhana dengan Metode Enter

Variables Entered/Removed ^a			
Mode 1	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	budaya dan lingkungan (X4), Sosial (X2), Akademik (X3), Emosional (X1) ^b	.	Enter
a. Dependent Variable: Tingkat Adaptasi (Y)			
b. All requested variables entered.			

Sumber: Data Diolah Oleh Penulis

Output bagian pertama (Variabel *Entered/Removed*): Variabel yang dimasukkan dan metode yang digunakan dirinci pada tabel di atas. Contoh saat ini melibatkan penggunaan metode enter untuk menganalisis hubungan antara variabel Budaya dan Lingkungan, Sosial, Akademik, dan Emosional.

Tabel Model Summary

Model Summary				
Mode 1	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.610 ^a	.372	.271	4.258

a. Predictors: (Constant), budaya dan lingkungan (X4), Sosial (X2), Akademik (X3), Emosional (X1)

Sumber: Data Diolah Oleh Penulis

Hasil output kedua (model summary) disajikan pada tabel di atas, dimana diperoleh nilai korelasi/hubungan (R) sebesar 0,610. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara variabel independen yang terdiri dari emosional (X1), sosial (X2), akademik (X3), dan lingkungan (X4) terhadap variabel dependen.

Nilai R Square sebesar 0,372 menunjukkan bahwa variabel independen mampu menjelaskan pengaruh terhadap variabel dependen sebesar 37,2%, sedangkan sisanya sebesar 62,8% dipengaruhi oleh variabel lain di luar model penelitian ini. Adapun nilai Adjusted R Square sebesar 0,271 menunjukkan bahwa setelah disesuaikan dengan jumlah variabel dan sampel, kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen adalah sebesar 27,1%.

Hasil ini sejalan dengan pendapat Ghazali (2018) yang menyatakan bahwa nilai koefisien determinasi (R Square) digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen.

Tabel ANOVA

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
	Regression	268.138	4	67.034	3.698	.017 ^b
	Residual	453.229	25	18.129		
	Total	721.367	29			
a. Dependent Variable: Tingkat Adaptasi (Y)						
b. Predictors: (Constant), budaya dan lingkungan (X4), Sosial (X2), Akademik (X3), Emosional (X1)						

Sumber: Data Diolah Oleh Penulis

Hasil output ketiga (ANOVA) disajikan pada tabel di atas, yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen secara simultan terhadap variabel dependen. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai F hitung sebesar 3,698 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,017.

Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,017 < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel independen yang terdiri dari emosional (X1), sosial (X2), akademik (X3), dan lingkungan (X4) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen yaitu tingkat adaptasi (Y). Dengan demikian, model regresi yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan layak atau fit untuk digunakan.

Hasil ini sejalan dengan pendapat Sugiyono (2019) yang menyatakan bahwa uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen secara simultan memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen, dimana jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka model dinyatakan signifikan.

Uji Hipotesis (Uji T Persial)

Uji t dilakukan untuk mengetahui pengaruh masing-masing aspek *culture shock* terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau.

Uji Hipotesis

Hipotesis nol (H_0) : *Culture shock* tidak berpengaruh signifikan terhadap Tingkat Adaptasi mahasiswa perantau.

Hipotesis alternatif (H_a): *Culture shock* berpengaruh signifikan terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau.

Tabel Uji Hipotesis (Uji-t)

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
	(Constant)	57.195	4.339		13.182	.000
	Emosional (X1)	-.507	.485	-.243	-1.046	.305
	Sosial (X2)	-.006	.408	-.003	-.014	.989
	Akademik (X3)	-.804	.501	-.369	-1.604	.121
	budaya dan lingkungan (X4)	-.240	.561	-.104	-.427	.673
a. Dependent Variable: Tingkat Adaptasi (Y)						

Sumber: Data Diolah Penulis

Berdasarkan hasil uji hipotesis (uji t) pada tabel di atas, digunakan derajat kebebasan (df) = $n - k$, dimana n merupakan jumlah sampel dan k merupakan jumlah variabel. Dengan demikian, nilai t tabel pada taraf signifikansi 0,05 (dua arah) digunakan sebagai pembandingan dalam pengujian hipotesis.

Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa masing-masing variabel independen memiliki nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05, yaitu emosional (X1) sebesar 0,305, sosial (X2) sebesar 0,989, akademik (X3) sebesar 0,121, serta budaya dan lingkungan (X4) sebesar 0,673. Selain itu, nilai t hitung masing-masing variabel juga lebih kecil dari nilai t tabel.

Dapat disimpulkan bahwa secara parsial variabel emosional, sosial, akademik, serta budaya dan lingkungan tidak berpengaruh signifikan terhadap tingkat adaptasi (Y). Artinya, hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak.

Hasil ini sejalan dengan pendapat Ghazali (2018) yang menyatakan bahwa uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial, dimana jika nilai signifikansi > 0,05 maka variabel tersebut tidak memiliki pengaruh yang signifikan.

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Uji koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui sejauh mana kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen, atau untuk mengukur seberapa besar pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dalam suatu model penelitian.

Tabel Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.610 ^a	.372	.271	.258
a. Predictors: (Constant), budaya dan lingkungan (X4), Sosial (X2), Akademik (X3), Emosional (X1)				

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,372. Hal ini menunjukkan bahwa variabel independen yang terdiri dari emosional (X1), sosial (X2), akademik (X3), serta budaya dan lingkungan (X4) mampu menjelaskan sebesar 37,2% variasi tingkat adaptasi (Y).

Sisanya sebesar 62,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Selain itu, nilai Adjusted R Square sebesar 0,271 menunjukkan bahwa setelah disesuaikan dengan jumlah variabel dan sampel, kontribusi efektif variabel independen terhadap variabel dependen adalah sebesar 27,1%.

Hasil ini sejalan dengan pendapat Ghazali (2018) yang menyatakan bahwa koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur kemampuan model dalam menjelaskan variasi variabel dependen, dimana semakin besar nilai R^2 maka semakin besar pula kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa culture shock memiliki pengaruh terhadap tingkat adaptasi mahasiswa perantau. Semakin tinggi tingkat culture shock yang dialami mahasiswa, maka semakin besar tantangan yang dihadapi dalam proses adaptasi sosial, akademik, maupun emosional. Temuan ini sejalan dengan penelitian Safitri (2024) yang menunjukkan bahwa culture shock berpengaruh terhadap kemampuan penyesuaian diri mahasiswa.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa perantau secara bertahap mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus melalui proses interaksi sosial, dukungan teman sebaya, serta keterlibatan dalam aktivitas akademik dan organisasi kampus.

Dalam konteks akademik mahasiswa perantau membutuhkan waktu untuk memahami sistem pembelajaran di perguruan tinggi yang menuntut kemandirian, kemampuan berpikir kritis, serta kemampuan menyelesaikan tugas akademik secara mandiri. Proses adaptasi akademik yang baik membantu mahasiswa mengurangi tekanan akibat *culture shock*.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa perantau Jurusan Sosiologi FISIP Universitas Riau mengalami *culture shock* dalam kategori sedang, yang mencakup aspek emosional, sosial, akademik, serta budaya dan lingkungan. Kendati demikian, tingkat adaptasi mereka secara umum berada pada kategori sedang hingga tinggi, yang menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengelola tekanan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus baru seiring berjalannya waktu. Secara statistik, uji regresi linear sederhana menghasilkan nilai R Square sebesar 0,372, yang berarti *culture shock* memberikan kontribusi sebesar 37,2% terhadap tingkat adaptasi, sementara 62,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Namun, hasil uji t menunjukkan bahwa aspek-aspek *culture shock* secara parsial tidak berpengaruh signifikan

terhadap tingkat adaptasi mahasiswa karena nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05 (Ho diterima).

Meskipun pengujian statistik menunjukkan pengaruh parsial yang tidak signifikan, secara empiris mahasiswa perantau tetap melewati proses penyesuaian diri yang nyata dan bertahap di lingkungan baru. Keberhasilan proses adaptasi ini membuktikan bahwa kemampuan bertahan mahasiswa tidak hanya ditentukan oleh *culture shock*, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh faktor penting lainnya seperti dukungan sosial teman sebaya, kepribadian individu, lingkungan pertemanan, serta kemampuan komunikasi. Pada akhirnya, mahasiswa perantau berhasil melewati tantangan hambatan budaya di awal perkuliahan dengan baik melalui interaksi sosial dan pengalaman sehari-hari, sehingga mereka mampu menjalani aktivitas akademik dan sosial secara nyaman, mandiri, dan stabil.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Mukdad, O. M., & Çetin, A. (2024). *Culture shock* among international students in Turkey: The mediating role of life satisfaction and sociocultural adaptation. *BMC Psychology*, 12(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01510-1>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik pendidikan tinggi Indonesia*.
- Carriedo, A., et al. (2024). Adaptasi manusia dalam memenuhi kebutuhan dasar: Kajian konseptual. *Jurnal Psikologi dan Sosial*, 12(1), 45–58.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications
- Elliot, D. L. (2023). *Navigating your international doctoral experience (and beyond)*.
- Fatmawati, A., & Fitri, A. (2023). Hubungan *culture shock* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Sains*, X(X), XX–XX. <https://jurnal.stkipbima.ac.id/index.php/ES/article/download/1384/747>
- Furnham, A., & Bochner, S. (1986). *Culture shock: Psychological reactions to unfamiliar environments*. Methuen.
- Geertz, C. (1960). *The religion of Java*. Free Press of Glencoe.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kohl, K. (2015). *Minangkabau social formations*. KITLV Press.
- Maizan, S. H., Bashori, K., & Hayati, E. N. (2020). Analytical theory: Gegar budaya (*culture shock*). *Psycho Idea*, 18(2), 147–154.
- Mulyadi, E., Permatasari, D., Soares, D., Syarifudin, M., Pinto, T. S., & Sarmiento, J. (2024). *Culture shock: Challenges of international students*. *International Journal of Health, Engineering and Technology (IJHET)*, 3(1), 248–253.
- Navis, A. A. (1984). *Alam Minangkabau: The land of the customary chiefs*. PT Pustaka Indonesia.
- Nguyen, D. M. Q. (2024). The effects of *culture shock* on the cultural adaptation of overseas students in Thailand at King Mongkut's University. *International Journal of Language Instruction*, 3(4), 93–109.
- Nuraini, C., Sunendar, D., & Putra, F. (2021). Tingkat *culture shock* di lingkungan mahasiswa Universitas Singaperbangsa Karawang. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 6(1), 45–50.
- Oberg, K. (1960). *Culture shock: Adjustment to new cultural environments*. *Practical Anthropology*, 7, 177–182.

- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4th ed.). Sage Publications.
- 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.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyuni, S. T., Sulisty, B., & Handayani, D. (2021). Hubungan *culture shock* dan resiliensi dengan adaptasi sosial pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi*, XX(X), XX–XX. https://repository.unissula.ac.id/33290/1/Psikologi_30701900163_fullpdf.pdf
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The psychology of culture shock*. Routledge.
- Wicaksono, T. (2023). Penyesuaian diri dan adaptasi terhadap perubahan lingkungan sosial. *Jurnal Ilmu Sosial dan Budaya*, 11(2), 78–89.