HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-EFFICACY* DENGAN *CULTURE SHOCK* PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DARI PULAU SUMATERA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

SKRIPSI

Sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan

Program Strata Satu (S1) Psikologi

Diajukan Oleh:

Zul Ham Fahmi

NIM : 2007016179

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONOG

SEMARANG

2024

HALAMAN PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-EFFICACY* DENGAN *CULTURE SHOCK* PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DARI PULAU SUMATERA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

Penulis : Zul Ham Fahmi
NIM : 2007016179
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 26 September 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Dina Sugiyanti, M. Si
NIP 198408292011012005

Penguji II

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP 197711022006042004

Penguji III

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP 198605232018012002

Penguji IV

Khairani Zikrinawati, M.A
NIP 199201012019032036

Pembimbing I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP 197711022006042004

Pembimbing II

Lainatul Mudzkiyyah, M. Psi Psikolog
NIP 199201172019032019

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Zul Ham Fahmi

NIM : 2007016179

Jurusan : Psikologi

Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

"**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-EFFICACY* DENGAN *CULTURE SHOCK* PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DARI PULAU SUMATERA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG"**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya penulis sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya.

Semarang, 19 September 2024

Pembuat pernyataan

Zul Ham Fahmi

NIM. 2007016179

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul	:	HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF-EFFICACY DENGAN CULTURE SHOCK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DARI PULAU SUMATERA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
Nama	:	Zul Ham Fahmi
NIM	:	2007016179
Jurusan	:	Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP. 197711022006042004

Semarang, 18 September 2024
Yang bersangkutan

Zul Ham Fahmi
NIM 2007016179

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING II

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul	:	HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF-EFFICACY DENGAN CULTURE SHOCK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DARI PULAU SUMATERA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
Nama	:	Zul Ham Fahmi
NIM	:	200701619
Jurusan	:	Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lainatul Mudzkiyyah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198805032016012901

Semarang, 18 September 2024
Yang bersangkutan

Zul Ham Fahmi
NIM 2007016179

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan juga karunia-Nya kepada penulis dan keluarga. Sholawat serta salam senantiasa kita curahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa menjadi teladan dalam menjalani hidup, sehingga kita mendapatkan syafa'atnya di *yaumul* akhir, aamiin Allahuma aamiin. Atas segala hidayah, rahmat, dan juga pertolongan yang diberikan, penulis dapat menyelesaikan skirpsi dengan judul "Hubungan Dukungan Sosial dan *Self-efficacy* Dengan *Culture shock* Pada Mahasiswa Tahun Pertama Dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang". Penulisan skripsi ini menjadi bagian penting dalam memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam Ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Proses penelitian dan penyusunan skripsi ini tidak mudah, namun dengan adanya bantuan dan partisipasi dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikannya, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hatidan penuh rasa hormat, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas akhir ini dapat selesai dengan baik
2. Prof. Dr. Nizar Ali., M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
3. Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
4. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A, selaku ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
5. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si, selaku pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktunya, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dari awal sampai menyelesaikan skripsi ini
6. Ibu Lainatul Mudzkiyyah., M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing II dan sekaligus wali dosen yang senantiasa mengarahkan, mendukung, dan membimbing penulis dari awal studi hingga menyelesaikan skripsi ini

7. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan ilmunya serta selama masa studi, serta seluruh Civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang
8. Kepada seluruh mahasiswa Organisasi Daerah (ORDA) Sumatera Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Penulis menyampaikan permohonan maaf dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua yang berjasa dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi siapa pun yang membacanya.

Semarang, 19 September 2024

Penulis,

Zul Ham Fahmi

NIM. 2007016179

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Samin dan Ibu Giyarsi, yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada penulis
2. Kumpulan Pemuda Tersesat, yaitu Irfan Nur Fajri, Mochammad Fahrezi Akbar, Moh Hilman Suyuti, Muhammad Arya Fattahillah, Muhamad Zubair, dan Naufal Abdullah. Terima kasih telah menjadi tempat untuk berbagi keluh kesah, kebahagiaan, dan keceriaan dalam menjalani perkuliahan
3. Seluruh teman-teman angkatan 2020 kelas Psikologi D yang telah memberikan dukungan, pembelajaran, pengalaman, serta memberikan warna baru dalam dunia perkuliahan
4. Muhammad Ageel yang telah menemani sepanjang proses bimbibingan skripsi
5. Muhammad Ar Razi Adam yang telah mengenalkan penulis kepada Bernadya beserta lagu-lagunya yang menjadi pengiring dalam prosesn penulisan skripsi
6. Teman-teman Organisasi Daerah (ORDA), KMA, RPMR, KEMASS, IMABABEL, IKAMMI, IMJ, HIMAMIRA, dan HIMSU yang telah membantu dalam proses pembambilan data penelitian.

Semarang, 19 Juni 2024

Penulis,

Zul Ham Fahmi

NIM. 20077016179

MOTTO

"*life's not an Agatha Christie novel, it's a lot messier*"

-Forsythe Pendleton Jones III-

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN ii
PERNYATAAN KEASLIAN iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING I iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING II v
KATA PENGANTAR vi
HALAMAN PERSEMBAHAN viii
MOTTO ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
خلاصة xv
ABSTRACT xi
ABSTRAK xvii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 9
D. Manfaat Penelitian 9
E. Keaslian Penelitian 10
BAB II LANDASAN TEORI 15
A. Konseptualisasi Variabel *Culture shock* 15
1. Pengerian *Culture shock* 15
2. Faktor-faktor *Culture shock* 16
3. Aspek-aspek *Culture shock* 18
4. *Culture shock* Dalam Perspektif Islam 20
B. Konseptualisasi Variabel Dukungan Sosial 21
1. Pengertian Dukungan Sosial 21
2. Faktor-faktor Dukungan Sosial 23
3. Aspek-aspek Dukungan Sosial 25
4. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam 28
C. Konseptualisasi Variabel *Self-efficacy* 29
1. Pengertian *Self-efficacy* 29
2. Faktor-faktor *Self-efficacy* 30
3. Aspek-aspek *Self-efficacy* 33
4. *Self-efficacy* Dalam Perspektif Islam 35
D. Hubungan Dukungan Sosial dan *Self-efficacy* dengan *Culture shock* Pada Mahasiswa Tahun Pertama Dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang 36
E. Hipotesis 39
BAB III METODE PENELITIAN 41
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 41
B. Variabel Penelitian 41
C. Definisi Operasional 42
1. *Culture shock* 42

2. Dukungan Sosial 42
3. *Self-efficacy* 43
D. Sumber dan Jenis Data 43
1. Sumber Data 43
2. Jenis Data 44
E. Tempat dan Waktu Penelitian 44
F. Populasi dan Sampel 44
1. Populasi 44
2. Sampel 44
G. Teknik Sampling 47
H. Teknik Pengumpulan Data 46
1. Skala *Culture shock* 47
2. Skala Dukungan Sosial 48
3. Skala *Self-efficacy* 49
I. Validitas dan Reliabilitas 51
1. Validitas 51
2. Reliabilitas 51
J. Hasil Uji Coba Alat Ukur 52
1. Validitas Alat Ukur 52
a. *Culture shock* 52
b. Dukungan Sosial 52
c. *Self-efficacy* 52
2. Reliabilitas Alat Ukur 53
a. *Culture Shock* 53
b. Dukungan Sosial 54
c. *Self-efficacy* 55
K. Teknik Analisis Data 55
1. Uji Asumsi 55
a. Uji Normalitas 55
b. Uji Linearitas 56
2. Uji Hipotesis 56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 58
A. Hasil Penelitian 58
1. Deskripsi Subjek 58
a) Berdasarkan Kelamin 58
b) Berdasarkan Tempat Asal 59
2. Deskripsi Data Penelitian 60
B. Hasil Uji Asumsi 64
1. Uji Normalitas 64
2. Uji Linearitas 65
C. Uji Hipotesis 66
1. Uji Hipotesis Pertama 67
2. Uji Hipotesis Kedua 68
3. Uji Hipotesis Ketiga 69
D. Pembahasan 70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 76

A. Kesimpulan 76
B. Saran.....77
1. Bagi Subjek 77
2. Bagi Peneliti Selanjutnya 77
DAFTAR PUSTAKA 79
LAMPIRAN.....82

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kategori dalam penilaian item 47
Tabel 3.2 *Blueprint* skala *culture shock* 47
Tabel 3.3 *Blueprint* skala dukungan sosial 48
Tabel 3.4 *Blueprint* skala *self-efficacy* 50
Tabel 3.5 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala *Culture shock* sebelum item gugur 53
Tabel 3.6 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala *Culture shock* setelah item gugur 54
Tabel 3.7 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala Dukungan Sosial sebelum item gugur 54
Tabel 3.8 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala Dukungan Sosial setelah item gugur 54
Tabel 3.9 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala *Self-efficacy* sebelum item gugur 55
Tabel 3.10 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala *Self-efficacy* setelah item gugur 55
Tabel 3.11 Kriteria Koefisiensi Korelasi 57
Tabel 4.1 Tabel Hasil Uji Deskriptif 60
Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Variabel *Culture shock* 60
Tabel 4.3 Distribusi Variabel *Culture shock* 61
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial 61
Tabel 4.5 Distribusi Variabel Dukungan Sosial 62
Tabel 4.6 Kategori Skor Variabel *Self-efficacy* 63
Tabel 4.7 Distribusi Variabel *Self-efficacy* 63
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Dukungan Sosial, *Self-efficacy*, dan *Culture shock* 64
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan *Culture shock* 65
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas *Self-efficacy* dan *Culture shock* 66
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial dan *Culture shock* 67
Tabel 4.12 Hasil Uji Hipotesis *Self-efficacy* dan *Culture shock* 68
Tabel 4.13 Uji Hipotesis antara Dukungan Sosial dan *Self-efficacy* dengan *Culture shock* 69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir 39
Gambar 4.1 Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin 58
Gambar 4.2 Samper Penelitian Berdasarkan Tempat Asal 59

خلاصة

تهدف هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين الدعم الاجتماعي والصدمة الثقافية لدى طلاب السنة الأولى من جزيرة سومطرة في جامعة واليسونغو الإسلامية الحكومية في سيمارانغ. بلغ عدد السكان في هذه الدراسة 263 طالباً وطالبة وكانت العينة 159 طالباً وطالبة. أما أسلوب أخذ العينات المستخدم في هذه الدراسة فهو أسلوب أخذ العينات العرضي، وهو أسلوب أخذ العينات حيث يتم اختيار المشاركين بناءً على مدى توافرهم وسهولة الاتصال بهم. أسلوب البحث المستخدم في هذه الدراسة هو أسلوب منهج الارتباط الكمي. تستخدم أداة القياس في هذه الدراسة مقياس الصدمة الثقافية، ومقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس الكفاءة الذاتية. ويستخدم اختبار الفرضيات في هذه الدراسة اختبارات الارتباط واختبارات الارتباط المتعدد من خلال الحصول على نتائج البحث التي أظهرت أن هناك قيمة دلالة 0.000 <0.05 بين الصدمة الثقافية والدعم الاجتماعي مما يعني وجود علاقة معنوية. ثم الحصول على قيمة دلالية 0.000 <0.05 بين متغيرات الصدمة الثقافية والدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية مما يعني وجود علاقة معنوية ثم الحصول على قيمة دلالية 0.000 <0.05 بين متغيرات الصدمة الثقافية والدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية مما يعني وجود علاقة معنوية قيمة معامل الارتباط 0.921 أو 92.1% مما يشير إلى وجود مستوى قوي جداً من العلاقة بين الدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية مع الصدمة الثقافية لدى طلاب السنة الأولى من جزيرة سومطرة في جامعة واليسونجو الإسلامية الحكومية في سيمارانج. كلما ارتفع مستوى الدعم الاجتماعي، انخفضت الصدمة الثقافية. كلما ارتفع مستوى الكفاءة الذاتية، انخفض مستوى الصدمة الثقافية. لذلك، من المهم أن يزيد الطلاب من الدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية حتى تنخفض الصدمة الثقافية.

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي، الكفاءة الذاتية، الصدمة الثقافية

ABSTRACT

This research was designed to examile the relationship between social support dan self-efficacy dan culture shock in first year students from Sumatera Island at the Walisongo State Islamic University, Semarang. The population in this research was 263 students and the sample was 159 students. The sampling technique used in this research is accidental sampling, which is a sampling where participants are selected based on their availability and ease of being contacted. The research method used in this research is the quantitative correlation. The measuring instrumens in this research used the culture shock scale, social support scale, and self-efficacy scale. Hypothesis testing in this research used correlation and multiple correlation tets by obtaining research results showing that there is a significance value of 0,000<0,05 between culture shock dan social support, which mean there is a significant relationship. Then obtained a significance value of 0,000<0,05 between the culture shock and self-efficacy which mean there is significant relationship. Then obtained a significance value 0,000<0,05 between the culture shock with social support and self-efficacy which means there is a significant relationship. The correlation coefficient value of 0,921 or 92,1% indicates a very strong level of relationship between social support and self-efficacy with culture shock in first year students from Sumatera Island at Waliongo State Islamic University Semarang. The higher level of social support, the lower the culture shock. The higher level of self-efficacy, the lower level of culture shock. Therefore, it is important for students to increase social support and self-efficacy so that culture shock decreases.

Keyword: *culture shock, social support, self-efficacy*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 263 mahasiswa serta sampel sebanyak 159 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan *accidental sampling*, yaitu pengambilan sampel di mana partisipan dipilih berdasarkan ketersediaan dan kemudahan mereka untuk dihubungi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode pendekatan kuantitatif korelasi. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala *culture shock*, skala dukungan sosial, dan skala *self-efficacy*. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi dan korelasi berganda dengan memperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat nilai signifikansi sebesar 0,000<0,05 antara *culutre shock* dengan dukungan sosial yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Kemudian diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000<0,05 antara variabel *culture shock* dengan *self-efficacy* yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Kemudian diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000<0,05 antara variabel *culture shock* dengan dukungan sosial dan *self-efficacy* yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,921 atau 92,1% yang mengindikasikan adanya tingkat hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah *culture shock*. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki maka semakin rendah tingkat *culutre shock*. Oleh karenanya, penting bagi mahasiswa untuk meningkatkan dukungan sosial dan *self-efficacy* agar *culture shock* menurun.

Kata kunci: dukungan sosial, *self-efficacy, culture shock*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keanekaragaman masyarakat Indonesia yang melibatkan berbagai kelompok budaya, ras, suku, bahasa, etnis, dan agama, menjadikan negara ini memiliki kekayaan dan keanekaragaman tersendiri. Indonesia dikenal sebagai Negara Multikultural. Meskipun memiliki keberagaman yang kaya, Indonesia tidak terhindar dari berbagai permasalahan yang timbul akibat keanekaragaman budayanya, salah satunya adalah fenomena *culture shock.* Mahasiswa perantau adalah kelompok yang rentan terhadap tantangan dan perubahan signifikan dalam kehidupan mereka, terutama pada tahun pertama studi mereka di kota baru seperti Semarang. Adaptasi terhadap lingkungan, budaya, dan lingkungan akademik yang berbeda dapat menjadi pengalaman yang rumit, hal tersebut biasa disebut sebagai gegar budaya atau *culture shock.*

Memasuki dunia perkuliahan setelah menyelesaikan Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah suatu pengalaman yang umum dialami oleh mahasiswa baru. Meskipun bersifat normatif, transisi ini juga dapat menimbulkan tingkat stres yang signifikan karena terjadi secara bersamaan dengan perubahan lain, baik di tingkat personal individu, dalam dinamika keluarga, maupun dalam lingkungan perkuliahan. Mahasiswa baru pada saat ini sedang mengalami fase perkembangan dewasa awal. Setiap tahap perkembangan memiliki ciri khas, tanggung jawab, dan ekspektasi yang perlu dipenuhi oleh setiap individu.

Oberg (dalam Fadhillah, 2017:4) mengenalkan untuk pertama kali istilah "*culture* shock" untuk menjelaskan respons mendalam dan negatif seperti, depresi, frustasi, dan disorientasi yang dialami oleh individu yang tinggal di lingkungan dan budaya yang baru. *Culture shock,* atau yang disebut sebagai gegar budaya dalam bahasa Indonesia, adalah istilah

psikologis yang menggambarkan keadaan dan perasaan seseorang saat dihadapkan terhadap suatu keadaan lingkungan serta budaya yang tidak familiar (Haslami, 2020). Pandangan alternatif menyatakan bahwa *culture shock* merupakan keadaan yang mampu menciptakan kebingungan terhadap budaya serta lingkungan asing yang menghasilkan perasaan negatif (Mitasari & Istikomayanti, 2017).

Dalam konteks psikologis, *culture shock* merujuk pada pengalaman emosional yang timbul ketika seseorang dihadapkan pada lingkungan sosial baru yang berbeda dengan lingkungan sebelumnya. Pengalaman ini mencakup perasaan ketidakberdayaan, ketakutan, kegelisahan, isolasi dari lingkungan sosial dan keluarga, merendahkan diri, merasa tidak berharga, dan kesulitan mengatasi tuntutan lingkungan. Dampaknya dapat tercermin dalam gangguan pola makan, gangguan tidur, kesulitan berkonsentrasi, keinginan untuk menyendiri, dan mengalami stres yang berkepanjangan pada individu (Chafsoh, 2020). *Culture shock* merujuk pada tuntutan penyesuaian pada tingkat kognitif, sosio-emosional, perilaku, dan psikologis yang dihadapi oleh seseorang ketika berada dalam lingkungan budaya yang berbeda (Goldstein & Keller, 2015). Mahasiswa perantau atau asing yang memasuki lingkungan akademis baru akan mengalami *culture shock* karena adanya perbedaan budaya, termasuk dalam hal komunikasi, metode belajar, penggunaan bahasa, dan interaksi sosial (Aguilera & Guerrero, 2016). Mahasiswa perantau yang menghadapi *culture shock* ketika mereka terjun di lingkungan baru berisiko menghadapi kesulitan saat menjalankan kegiatan mereka (Handayani & Yuca, 2018).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Mitasari dan Istikomayanti (2017), ditemukan jika tingkat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa mencapai angka 60%, menempatkannya dalam kategori tinggi di mana mahasiswa mengalami ketegangan saat beradaptasi dengan lingkungan budaya yang berbeda. Mahasiswa juga cenderung melihat budaya asli mereka lebih superior dibanding budaya asing yang mereka

hadapi. Mereka menjadi lebih mudah tersinggung atau merasa tersentuh jika ada yang mengkritik budaya asal mereka. Rasa kehilangan akan orang yang sudah dikenal lama, keinginan untuk pulang dan bersama keluarga, serta kekhawatiran akan keamanan diri karena perbedaan budaya menjadi perasaan yang dirasakan. Semua ini berisiko terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, dengan konsekuensi yang paling signifikan berupa tingkat stres yang tinggi dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa mengalami kesulitan belajar, masalah tidur, rindu rumah, serta ketidaknyamanan dalam hal makan.

Pulau Sumatera merupakan pulau terbesar kedua dan juga salah satu wilayah Indonesia yang memiliki keberagaman budaya yang kaya. Mahasiswa yang berasal dari Pulau Sumatera dan belajar di lingkungan akademik yang berbeda seperti Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang mungkin mengalami tantangan adptasi yang signfikan. Salah satu tantangan yang mungkin dihadapi adalah *culture shock*, yaitu perasaan kecemasan, kebingungan, atau ketidakberdayaan yang timbul karena individu berinteraksi dengan budaya yang berbeda. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan akademik serta efikasi diri (*self-efficacy*) dapat berperan penting dalam membantu mahasiswa mengatasi *culutre shock* dan beradaptasi dengan lingkungan baru.

Berdasarkan pra riset yang telah penulis lakukan dengan metode wawancara pada tanggal 10 November 2023 terhadap 10 orang mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dari delapan di antaranya mengalami kendala selama menjalani kehidupan rantau pada tahun pertama mereka. Kesulitan kesulitan yang mereka alami meliputi, adaptasi terhadap lingkungan baru, budaya, serta bahasa yang terdapat dalam lingkungan baru tersebut. Tidak sedikit dari mereka juga merasakan *homesick* atau merindukan rumah saat pertama kali merantau. Kemudian mereka kurang mendapatkan dukungan, bantuan, atau

pertolongan saat kesulitan atau sedang sakit. Dari 10 orang mahasiswa, dua di antaranya sudah memiliki pengalaman merantau sehingga kesulitan yang mereka alami masih dapat mereka atasi. Sedangkan delapan di antaranya belum pernah memiliki pengalaman merantau, sehingga mereka belum memiliki solusi untuk menyelesaikan permasalahan mereka selama merantau.

Tujuh dari 10 mahasiswa merasa sedih dan rindu akan orang tua dan teman-teman di rumah, dan juga ini pertama kalinya mereka merantau. Hal tersebut terkait dengan aspek *culture shock* yaitu *affective*. Delapan dari 10 mahasiswa tidak menjalin interaksi yang baik dengan lingkungan karena perbedaan bahasa yang dimiliki, mereka masih kesulitan dengan bahasa yang digunakan. Kemudian mereka juga tidak mendapatkan bantuan saat sedang sakit, mereka mengurus diri sendiri saat sakit, hal tersebut terkait dengan aspek *culture shock* yaitu *behavior*. Tujuh dari 10 mahasiswa masih kesulitan dengan bahasa yang digunakan. Tak sedikit pula dari mereka yang sudah menguasai, namun mereka masih belum cukup percaya diri. Hal tersebut terkait dengan aspek *culture shock* yaitu *cognitive*. Jika dipersentasekan, ditemukan 39% mahasiswa yang mengalami kendala terkait aspek *affective*, 35% mengalami kendala terkait aspek *behavior*, dan 26% mengalami kendala terkait aspek *cognitive*. Dampak dari *culture shock* itu sendiri dapat berupa penurunan prestasi akademik yang diakibatkan oleh stres, cemas, serta depresi karena memengaruhi fokus dalam belajar. untuk dampak terhadap fisik sendiri dapat berupa gangguan tidur dan perubahan nafsu makan. Dalam upaya untuk mengatasai permasalahan tersebut, mereka meyakinkan diri mereka dengan sikap yang positif bahwa mereka dapat melewati fase tersebut dan dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Selain itu, mereka juga menjalin interaksi dengan mahasiswa lain yang merasakan hal serupa dengan harapan bahwa mereka tidak sendirian dalam melewati kendala ini.

Pulau Sumatera merupakan wilayah dengan jumlah provinsi terbanyak di Indonesia dengan 10 provinsi, bahkan lebih banyak dibandingkan Pulau Jawa dengan enam provinsi yang sebagai pulau terbesar di Indonesia, disusul dengan Pulau Sulawesi dengan enam provinsi, Pulau Kalimantan dengan lima provinsi, dan Pulau Papua dengan enam provinsi. Pemilihan mahasiswa dari Pulau Sumatera sebagai subjek dikarenakan untuk di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang sendiri, mahasiswa tahun pertama yang berasal dari Pulau Sumatera berjumlah 263 orang. Hal tersebut menjadikan mahasiswa Sumatera menjadi yang terbanyak yang berasal dari luar Pulau Jawa, dengan mahasiswa tahun pertama Sulawesi berjumlah 24 orang dan mahasiswa tahun pertama Kalimantan berjumlah 34 orang.

Dalam konteks ini, dua faktor yang dapat memengaruhi mahasiswa yang mengalami *culture shock* adalah dukungan sosial yang diterima dan tingkat *self-efficacy* atau keyakinan diri mereka dalam mengatasi perubahan dan tantangan. Dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, keluarga, lingkungan tempat tinggal, dan lembaga pendidikan dapat memberikan landasan emosional dan praktis yang penting dalam membantu mahasiswa perantau beradaptasi. Di sini lain, tingkat *self-efficacy* atau keyakinan diri terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi situasi baru juga dapat memainkan peran yang signifikan dalam mengatasi *culture shock*.

Terdapat dua faktor yang memengaruhi mahasiswa mengalami *culture shock,* terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal melibatkan keterampilan komunikasi individu, efikasi diri, kemampuan bersosialisasi, dan pengalaman pribadi yang semuanya dapat menjadi pemicu *culture shock*. Sementara itu, faktor eksternal yang berkontribusi serta memiliki pengaruh terhadap *culture shock* mahasiswa mencakup bahasa daerah setempat, dukungan sosial, lingkungan, jenis makanan, iklim dan cuaca tempat tinggal (Mitasari & Istikomayanti, 2019).

Faktor faktor lain yang memengaruhi individu mengalami *culture shock* saat berinteraksi dengan budaya baru meliputi, perbedaan budaya, perbedaan individu, dan pengalaman lintas budaya individu sebelumnya. Perbedaan budaya baik dalam kualitas, kuantitas, maupun durasi *culture shock* dipengaruhi tingkat perbedaan budaya antara lingkungan asal dan lingkungan baru individu. *Culture shock* dapat terjadi lebih cepat jika budaya tersebut sangat berbeda, mencakup aspek sosial, perilaku, adat istiadat, agama, pendidikan, norma dalam masyarakat, dan bahasa. Semakin besar perbedaan budaya antara dua individu yang berinteraksi, semakin sulit bagi keduanya untuk membangun dan menjaga hubungan yang baik. Perbedaan individu terkait dengan perbedaan dalam kepribadian dan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru. Faktor ini juga mencakup variabel demografis seperti usia, jenis kelamin, kelas sosial-ekonomi, dan pendidikan. Menurut Furnham dan Bochner (dalam Kelegun dan Kusumiati, 2023), pengalaman lintas budaya individu sebelumnya juga termasuk pengalaman masa lalu individu saat berada di lingkungan baru, memiliki dampak signifikan pada proses adaptasi, termasuk bagaimana individu merespons perlakuan dari penduduk lokal.

Menurut Ward (dalam Andre dan Huwae, 2022) aspek-aspek *culture shock* dapat dibagi menjadi beberapa bagian. Aspek pertama adalah *Affective*, yang berkaitan dengan perasaan dan emosi individu. Perasaan dan emosi ini dapat terbagi menjadi dua kategori, yaitu positif dan negatif. Individu cenderung merasakan kebingungan, kecemasan, disorientasi, kecurigaan, ketidaknyamanan, perasaan tidak tenang, kekhawatiran akan penipuan, rasa kehilangan keluarga dan teman, kehilangan identitas diri, serta rindu akan kampung halaman dan kesedihan karena berada dalam lingkungan baru. Aspek kedua adalah *Behavior*, yang mencakup perilaku individu yang dapat memengaruhi mereka ketika mengalami *culture shock*. Pada aspek ini individu mengalami kekeliruan terhadap aturan, kebiasaan, dan asumsi yang mengatur interaksi antar individu. Mereka juga mungkin

mengalami kesulitan tidur, dorongan buang air kecil yang konstan, gangguan fisik, dan kehilangan nafsu makan. Aspek ketiga adalah *Cognitive*, di mana individu cenderung memiliki pemikiran negatif, kesulitan berbahasa, perkembangan pemikiran yang terhambat, dan kesulitan dalam berinteraksi sosial. Sebagai pendatang, mereka juga perlu membangun hubungan baik dengan penduduk setempat.

Dukungan sosial merujuk pada bantuan yang diberikan oleh individu yang memiliki hubungan sosial dekat dengan penerima dukungan. Bantuan ini mencakup aspek perasaan nyaman, perhatian, penghargaan, saran, atau pengetahuan (Amseke, 2018). Dukungan dari orang sekitar baik itu dari orang tua maupun teman-teman, merupakan hak yang dimiliki oleh mahasiswa rantau. Mahasiswa yang mengalami *culture shock* disebabkan oleh kurangnya dukungan yang diterima dalam lingkungan, dari teman-teman, dan keluarga. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam menentukan tingkat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa (Rizal, 2020).

Self-efficacy adalah elemen dalam kerangka sosial kognitif individu. Konsep sosial kognitif ini berpusat pada interaksi saling memengaruhi antara faktor internal dalam diri individu dan pola perilaku yang terbentuk. Proses kognitif dan afektif yang terkait dengan efikasi diri individu akan membentuk perilaku spesifik dalam suatu konteks lingkungan sosial (Bandura, 2006). Ketika tingkat *self-efficacy* seseorang tinggi dan lingkungan bersifat responsif, kemungkinan besar individu tersebut akan mencapai keberhasilan. Sebaliknya, apabila *self-efficacy* rendah dan dipadukan dengan lingkungan yang tidak responsif, seseorang dapat mengalami apatisme, rasa segan, dan perasaan tidak berdaya.

Tingkat *self-efficacy* tercermin dalam keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk beradaptasi, kemampuan untuk mempelajari kebudayaan baru, kemudahan bersosialisasi dengan lingkungan dan teman-

teman baru, serta kemampuan untuk mengikuti dan menjalankan nilai-nilai yang berlaku. Lingkungan yang bersifat responsif di sisi lain mencerminkan bagaimana individu merespons lingkungannya, seperti kehilangan identitas, sering membandingkan budaya asal, rentan terhadap perasaan mudah tersinggung, risiko mengalami kondisi psikotis, sensitivitas yang meningkat, perasaan sedih, kesepian, kecemasan, keterbatasan dalam menyelesaikan masalah sederhana, dan kurangnya kepercayaan diri (Feist & Feist, 2010).

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan dan mengidentifikasi apakah terdapat hubungan antara variabel-variabel tersebut, serta bagaimana hubungan ini mungkin memengaruhi pengalaman mahasiswa tahun pertama asal Pula Sumatera dan belajar di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Pengetahuan yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kualitas pendidikan dan dukungan bagi mahasiswa perantau, serta memfasilitasi adaptasi yang lebih sukses dan produktif dalam lingkungan akademik yang berbeda budaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, terdapat beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal pulau sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang?
2. Apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal pulau sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang?
3. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal pulau sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut:

1. Menguji secara empiris hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal pulau sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
2. Menguji secara empiris hubungan antara *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal pulau sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
3. Menguji secara empiris hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal pulau sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini bertujuan untuk memberikan masukan serta tambahan pengetahuan bagi praktisi akademik dan juga peneliti lainnya yang tertarik untuk mengembangkan permasalahan mengenai hubungan dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock*. Peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat menghasilkan gagasan-gagasan baru untuk penelitian selanjutnya. Selain itu, mampu untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami *culture shock* yang parah dan membantu mengembangkan strategi koping yang efektif.

b. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat guna memahami hubungan antara dukungan sosial dan *culture shock* dengan cara merancang program dukungan sosial yang lebih efektif untuk mahasiswa tahun pertama, serta mengoptimalkan program

pengembangan diri agar mahasiswa tahun pertama siap menghadapi tantangan *culture shock*.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelitian terdahulu terdapat beberapa penulis yang telah melakukan kajian mengenai fenomena *culture shock*. Namun, peneliti menemukan beberapa perbedaan dan persamaan dengan kajian yang akan diteliti. Berikut merupakan beberapa penelitian yang berhubungan dengan dukungan sosial, *self efficacy*, dan *culture shock*:

1. Jurnal penelitian yang disusun oleh Dhei, Prasetia, dan Agustina (2020) dengan judul "Hubungan antara penyesuaian diri dengan *culture shock* pada mahasiswa Nusa Tenggara Timur (NTT) semester pertama di Universitas Wijaya Putra Surabaya". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik sampling *purposive incidental sampling* dengan jumlah sampel 50 responden dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara penyesuaian diri dengan *culture shock* pada mahasisawa NTT semester satu. Kesamaan dari penelitian ini adalah terletak pada salah satu variabelnya yaitu *culture shock*, selain itu kesamaan lainnya adalah subjek yang digunakan sama-sama menggunakan mahasiswa tahun pertama dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Perbedaannya adalah terletak pada variabel lainnya, yaitu dukungan sosial dan *self-efficacy* pada penelitian yang akan dilakukan. Perbedaan lainnya terletak pada lokasi penelitian, penelitian yang akan dilakukan berlokasi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, sedangkan penelitian sebelumnya berlokasi di Universitas Wijaya Putra Surabaya.

2. Jurnal penelitian yang disusun oleh Seila Maimunah (2020) dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif

dengan subjek penelitian yang berjumlah 78 peserta didik baru yang menempuh pendidikan di SMP, tepatnya di Pondok pesantren Syaichona Cholil Samarinda. Peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan skala dukungan sosial, skala efikasi diri, dan skala penyesuaian diri. Kemudian peneliti menganalisis data penelitian dengan menggunakan regresi berganda dengan menggunakan program *SPSS 23.0 for windows*. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa dukungan sosial dan efikasi diri memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri tingkat pertama SMP Pondok Pesantren Syaichona Cholil Samarinda. Dukungan sosial juga memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri tingkat pertama SMP Pondok Pesantren Syaichona Cholil Samarinda. Efikasi diri juga memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri pada santri tingkat pertama SMP Pondok Pesantren Syaichona Cholil Samarinda. Kesamaan dari penelitian ini adalah terletak pada dua variabel yaitu dukungan sosial dan efikasi diri. Kesamaan lainnya adalah pengambilan data berupa angket atau kuesioner yang kemudian diolah menggunakan *SPSS 23.0 for windows*. Perbedaan dalam penelitian ini adalah subjek dalam penelitian ini menggunakan siswa SMP tingkat pertama pesantren, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

3. Jurnal penelitian yang disusun oleh Efendi, Sandayanti, dan Hutasuhut (2020) dengan judul "Hubungan Efikasi Diri Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* dengan sampel penelitian sebanyak 123 mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara efikasi diri dengan regulasi diri dalam belajar. Hal ini memiliki keterkaitan cukup kuat dan mempunyai arah korelasi positif.

Kesamaan dari penelitian ini adalah pada salah satu variabelnya yaitu efikasi diri atau *self-efficacy* dan juga menggunakan mahasiswa sebagai subjek. Perbedaannya terletak pada dua variabel lainnya, untuk penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel dukungan sosial dan *culture shock*.

4. Jurnal penelitian yang disusun oleh Afnan, Fauzia, dan Tanau (2020) dengan judul "Hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik sampling *purposive sampling* dengan populasi sebanyak 338 dan dengan sampel 125 dengan kriteria mahasiswa tingkat akhir. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan variabel efikasi diri dengan variabel stress yang signifikan pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*. Kesamaan dari penelitian ini terletak pada salah satu variabel yang digunakan yaitu efikasi diri atau *self-efficacy*. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel lain yang digunakan dan juga teknik sampling yang digunakan, teknik sampling yang digunakan dalam penelitian yang akan dilakukan adalah *sampling jenuh* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel. Kemudian perbedaan lainnya adalah kriteris subjek yang digunakan, untuk penelitian yang akan datang menggunakan mahasiswa tahun pertama.
5. Jurnal penelitian yang disusun oleh Andre dan Huawe (2022) dengan judul " Dukungan Sosial dan *Culture Shock* Pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan Di Salatiga". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik sampling *accidental sampling* dengan populasi sebanyak 50 orang dengan kriteria mahasiswa rantau asal Kalimantan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara hubungan variabel dukungan sosial dan *culture shock*. Kesamaan dari penelitian ini adalah dua variabel yang digunakan yaitu dukungan sosial dan *culture shock*. Sementara perbedaannya terletak pada teknik sampling yang digunakan, penelitian yang akan dilakukan

menggunakan teknik *sampling jenuh* yang mana seluruh populasi dijadikan sampel. Perbedaan lainnya terletak pada subjek dalam penelitian dan juga lokasi penelitian.

6. Jurnal penelitian yang disusun oleh Pintubatu, Bangun, dan Simanjuntak (2023) dengan judul "Culture shock Mahasiswa PMM 2 Asal Sumatera Utara di Pulau Jawa". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menyebarkan kuesioner *online* kepada responden yaitu mahasiswa PMM 2 yang berdomisili di Pulau Sumatera Utara dan melakukan PMM 2 di Universitas atau Istitusi yang ada di Pulau Jawa dengan target mahasiswa semester 3, 5, dan 7. Hasil dari penelitian didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara budaya di lokasi domisili responden dengan lokasi PMM 2. Kesamaan dari penelitian ini adalah dari salah satu variabel yang digunakan yaitu *culture shock*, serta teknik pengumpulan data yaitu dengan menggunakan kuesioner. Perbedaan dalam penelitian ini adalah subjek dalam penelitian ini menggunakan mahasiswa PMM 2, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah menggunakan mahasiswa asal Pulau Sumatera.
7. Jurnal penelitian yang disusun oleh Hutasoit, Lumintang, dan Pondaag (2024) dengan judul "Pengaruh *Culture shock*, *Human Relation* dan Efikasi diri Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak Di Universitas Sam Ratulangi Manado". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Hasil penelitian ini secara parsial variabel *culture shock* berpengaruh positif signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa Batak, *human relation* berpengaruh positif signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa Batak, efikasi diri berpengaruh positif tidak signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa Batak dan secara keseluruhan variabel *independen* secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa Batak di Universitas Sam Ratulangi Manado. Persamaan penelitian ini dengan

penelitian yang akan dilakukan terletak pada dua variabel yang digunakan yaitu, *culture shock* dan efikasi diri. Sedangkan untuk perbedaannya terletak pada tujuannya, yaitu untuk mencari hubungan. Kemudian teknik sampling yang digunakan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan *accidental sampling*.

Secara garis besar, terdapat kesamaan pada penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif, dan juga beberapa variabel yang yang digunakan di antaranya dukungan sosial, *self-efficacy*, dan *culture shock*. Sedangkan perbedaan yang terdapat pada penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jumlah variabel yang digunakan. Penelitian terdahulu sebagian besar hanya menggunakan dua variabel, sedangkan penelitian yang akan digunakan menggunakan tiga variabel. Perbedaan lainnya terletak pada subjek dan tempat penelitian. Subjek pada penelitian yang akan dilakukan adalah mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti memilih judul "Hubungan Dukungan Sosial dan *Self-efficacy* Dengan *Culture Shock* Pada Mahasiswa Tahun Pertama Dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang". Dengan begitu penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti benar-benar dilakukan dengan asli.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseptualisasi Variabel *Culture shock*

1. Pengertian *Culture shock*

Oberg (dalam Fadhillah, 2017:4) mengenalkan untuk pertama kalinya istilah "*culture shock*" untuk menjelaskan respons negatif seperti depresi, frustasi, dan disorientasi yang dialami oleh individu yang tinggal di lingkungan dan budaya yang baru. *Culture shock* atau yang disebut sebagai gegar budaya dalam bahasa Indonesia yakni istilah psikologis yang mendeskripsikan kedudukan serta perasaan seseorang saat dihadapkan terhadap suatu keadaan lingkungan serta budaya yang tidak familiar (Haslami, 2020). Pandangan alternatif menerangkan bahwa *culture shock* merupakan keadaan yang sanggup menciptakan kebingungan akan budaya dan lingkungan baru yang menghasilkan perasaan negatif (Mitasari & Istikomayanti, 2017).

Dalam konteks psikologis, *culture shock* merujuk pada pengalaman emosional yang timbul ketika seseorang diperkenalkan dengan lingkungan sosial baru yang bertolak belakang dengan lingkungan sebelumnya. Pengalaman ini mencakup rasa ketidakberdayaan, ketakutan, kegelisahan, isolasi dari lingkungan sosial dan keluarga, minder, merasa tidak berharga, dan kesulitan mengatasi tuntutan lingkungan. Dampaknya dapat tercermin dalam masalah makan, kelainan tidur, suka menyendiri, sulit untuk konsentrasi, dan stres yang berlarut (Chafsoh, 2020).

Culture shock merujuk pada penyesuaian pada tingkat pemahaman atas norma-norma sosial, aturan, bahasa, dan juga pengalaman emosional dan masalah psikologis yang dihadapi individu ketika dalam lingkungan budaya asing (Goldstein & Keller, 2015). Mahasiswa perantau atau asing yang memasuki lingkungan pendidikan

baru akan mengalami gegar budaya yang disebabkan adanya perbedaan budaya, termasuk dalam hal komunikasi, metode belajar, penggunaan bahasa, dan interaksi sosial (Aguilera & Guerrero, 2016). Mahasiswa perantau yang mengalami *culture shock* ketika mereka memasuki lingkungan baru berisiko mengalami kesulitan dalam menjalankan kegiatan mereka (Handayani & Yuca, 2018).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat dikatakan bahwa *culture shock* mencakup pengalaman emosional seperti ketidakberdayaan, ketakutan, dan isolasi sosial. Dampaknya dapat tercermin dalam gangguan pola makan, tidur, kesulitan berkonsentrasi, dan stres. *Culture shock* merujuk pada tuntutan penyesuaian pada tingkat pemahaman atas norma-norma sosial, aturan, serta bahasa, dan juga pengalaman emosional dan masalah psikologis yang dihadapi individu ketika dalam lingkungan budaya asing. Mahasiswa perantau, khususnya dalam lingkungan akademis baru berisiko mengalami kesulitan dalam menjalankan kegiatan mereka.

2. Faktor-faktor *Culture shock*

Ada beberapa faktor yang menjadi penyebab seseorang atau mahasiswa mengalami gegar budaya. Menurut Mitasari dan Istikomayanti (2017), terdapat dua faktor yang menjadi penyebab *culture shock*, yaitu:

a. Faktor Internal

Pengaruh dari faktor personal individu memiliki dampak pada kemungkinan mengalami *culture shock* atau gegar budaya. Faktor-faktor seperti kemampuan berkomunikasi, pengalaman sebelumnya, efikasi diri, keterampilan sosialisasi, sifat personal, tingkat toleransi, dan tingkat penyesuaian diri dapat memengaruhi sejauh mana seseorang mungkin mengalami fenomena *culture shock*.

b. Faktor Eksternal

Faktor-faktor eksternal yang dapat menyebabkan seseorang mengalami *culture shock* atau gegar budaya melibatkan elemen-elemen seperti jurusan pendidikan sebelumnya, bahasa, kondisi ekonomi, aspek sosial budaya, lingkungan akademis, jenis makanan di sekitar tempat tinggal, iklim, kondisi cuaca lokal, dan tingkat dukungan sosial.

Menurut Furnham dan Bochner (dalam Kelegun dan Kusumiati, 2023), saat berhadapan dengan budaya asing, terdapat faktor lain yang dapat menyebabkan seseorang merasakan *culture shock* meliputi:

a. Perbedaan Budaya

Jika setiap bagian dari budaya baru mencakup ciri-ciri sosial, perilaku, adat istiadat, agama, pendidikan, standar budaya lama, maka *culture shock* dapat terjadi dengan cepat. Membangun dan memelihara hubungan menjadi lebih menantang bagi kedua belah pihak apabila terdapat perbedaan budaya yang signifikan di antara mereka.

b. Perbedaan Individu

Kepribadian dan kemampuan menyesuaikan diri dengan situasi baru berkaitan dengan perbedaan individu. Karakteristik demografi termasuk usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan tingkat pendidikan juga termasuk dalam kategori ini.

c. Pengalaman Lintas Budaya

Pengalaman masa lalu individu saat berada di lingkungan baru bersama dengan pengalaman lintas budaya sebelumnya memainkan peran penting dalam proses adaptasi, termasuk cara individu menanggapi perlakuan dari warga setempat.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditentukan bahwa ada beberapa faktor penyebab seseorang atau mahasiswa mengalami gegar budaya atau *culture shock*. Faktor internal seperti kemampuan berkomunikasi, efikasi diri, pengalaman sebelumnya, dan tingkat penyesuain diri. Kemudian faktor eksternal seperti bahasa, kondisi ekonomi, dan lingkungan akademis, berperan dalam memicu fenomena *culture shock*. Selain itu, perbedaan budaya, perbedaan individu, dan pengalaman lintas budaya sebelumnya juga berkontribusi dalam proses adaptasi individu terhadap lingkungan baru.

3. Aspek-aspek *Culture shock*

Menurut Ward (dalam Andre dan Huwae, 2022) aspek-aspek *culture shock* dapat dibagi menjadi beberapa bagian, adapun aspek-aspek dari *culture shock* terdiri atas:

a. *Affective*

Aspek ini berkaitan dengan perasaan dan emosi individu. Perasaan dan emosi ini dapat terbagi menjadi dua kategori, yaitu positif dan negatif. Individu cenderung merasakan kebingungan, kecemasan, disorientasi, kecurigaan, ketidaknyamanan, perasaan tidak tenang, kekhawatiran akan penipuan, rasa kehilangan keluarga dan teman, kehilangan identitas diri, serta rindu akan kampung halaman dan kesedihan karena berada dalam lingkungan baru.

b. *Behavior*

Aspek ini mencakup perilaku individu yang dapat memengaruhi mereka ketika mengalami *culture shock*. Pada aspek ini individu mengalami kekeliruan terhadap aturan, kebiasaan, dan asumsi yang mengatur interaksi antar individu. Mereka juga mungkin mengalami kesulitan tidur, dorongan buang air kecil yang konstan, gangguan fisik, dan kehilangan nafsu makan.

c. *Cognitive*

Di mana individu cenderung memiliki pemikiran negatif, kesulitan berbahasa, perkembangan pemikiran yang terhambat, dan kesulitan dalam berinteraksi sosial. Sebagai pendatang, mereka juga perlu membangun hubungan baik dengan penduduk setempat.

Oberg (dalam Sari dan Rusli, 2019) mengidentifikasi lima aspek dari gegar budaya atau *culture shock* yang mencakup:

a. Ketegangan dan perasaan cemas

Ketegangan dan kegelisahan yang timbul akibat penyesuaian dengan lingkungan budaya baru, perasaan kehilangan ikatan dengan keluarga, teman, dan status sosial, serta perasaan penolakan terhadap lingkungan budaya baru yang menyebabkan kebingungan dalam peran, nilai, perasaan, dan identitas diri, menciptakan rasa cemas dan frustasi akibat perbedaan budaya asal dan budaya baru, serta membuat individu merasa tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan baru.

b. Perasaan kehilangan hubungan sosial, dan status sosial

Merasakan kebingungan, kecemasan, ketidaknyamanan, kesepian, kurangnya penghargaan, perbedaan persepsi, dan kebiasaan yang terasa asing, yang menyebabkan perasaan tidak berdaya dan keinginan untuk kembali ke kampung halaman.

c. Perasaan penolakan terhadap lingkungan budaya baru

Perasaan penolakan dan menolak lingkungan budaya baru yang menyebabkan kebingungan dalam peran, nilai, perasaan, dan identitas diri.

d. Kecemasan dan frustasi karena perbedaan budaya

Hal ini menggambarkan respons frustasi yang ditunjukkan oleh individu karena menolak lingkungan yang menyebabkan ketidaknyamanan.

e. Rasa tidak berdaya

Aspek ini menunjukkan kondisi di mana individu merasa kesulitan dalam menerima budaya baru dan mengalami gangguan-gangguan seperti gangguan tidur, dorongan untuk buang air kecil yang terus-menerus, sensasi fisik yang tidak nyaman, penurunan nafsu makan, dan sebagainya.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditentukan bahwa aspek yang terdapat dalam *culture shock* meliputi: *affective*, *behavior*, dan *cognitive*. Selain itu, terdapat juga perasaan tegang dan kecemasan, kehilangan hubungan sosial dan status, penolakan terhadap lingkungan, frustasi, dan rasa tidak berdaya karena kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang belum dikenal. Dalam penelitian ini akan menggunakan tiga aspek *culture shock* menurut Ward (dalam Andre dan Huwae, 2022) sebagai acuan dalam penyusunan alat ukur untuk melihat tingkat emosi dan perasaan individu (*affective*), tingkah laku (*behavior*), dan kemampuan berpikir (*cognitive*).

4. *Culture shock* Dalam Perspektif Islam

Dalam ajaran Islam, variasi budaya diuraikan pada Al-Quran dalam surah Al-Hujurat ayat 13 yang menjelaskan perbedaan mendasar dalam penciptaan manusia. Ayat tersebut berbunyi:

يٰٓاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ لِتَعَارَفُوْٓا اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّٰهِ اَتْقٰىكُمْۗ اِنَّ اللّٰهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ

Artinya: *Wahai manusia, sesungguhnya Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan. Kemudian, Kami menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah adalah orang yang paling bertakwa. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Mengenal.*

Dalam tafsir Quraish Shihab (2002) menjelaskan bahwa Manusia diciptakan dari satu asal yang sama, yaitu Adam dan Hawa. Meskipun memiliki keberagaman dalam keturunan, bangsa, dan suku, tujuan penciptaan manusia adalah agar mereka saling mengenal dan saling menolong. Orang yang paling mulia di sisi Allah adalah orang yang paling bertakwa. Pentingnya persaudaraan, saling mengenal, dan menjaga ketakwaan sebagai landasan utama dalam hubungan antar manusia.

Dalam ayat Al-Quran tersebut terdapat makna bahwa penciptaan manusia telah ditentukan untuk memiliki perbedaan, baik dalam aspek dasar penciptaan seperti laki-laki dan perempuan, maupun dalam aspek kultural. Perbedaan kultural ini seharusnya tidak menjadi alasan untuk memberlakukan pembatasan dalam memahami dan mengenali hal-hal yang berbeda dalam kehidupan. Pada intinya, Allah menciptakan perbedaan ini sebagai keindahan saling mengenal dan belajar, agar manusia dapat memiliki pengalaman berharga.

B. Konseptualisasi Variabel Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial mengacu pada berbagai bentuk bantuan yang diterima individu satu sama lain. Dukungan sosial merujuk pada beragam cara individu saling membantu, mulai dari memberikan dukungan emosional seperti perhatian dan kenyamanan, hingga dukungan praktis, penghargaan, informasi, dan dukungan dari kelompok. Kekuatan dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan dalam memengaruhi dan mencegah tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Individu yang menerima dukungan sosial merasa yakin bahwa mereka diberi kasih sayang, dihargai, berharga bagi orang lain, dan merupakan bagian dari kelompok yang membantu mereka saat memerlukan bantuan. Dukungan sosial juga merujuk pada memberikan kenyamanan kepada individu melalui pemberian perhatian,

penghargaan, atau bantuan tulus yang diberikan kepada orang tersebut oleh suatu kelompok atau individu lain (Sarafino, 2014).

Menurut Zimet (dalam Hasibuan, dkk, 2018), dukungan sosial merupakan persepsi individu terhadap tersedianya dukungan sosial dari orang-orang terdekanya, seperti sahabat, keluarga, atau tetangga, ketika ia membutuhkannya. Menurut Hill dan Allemand (dalam Komarudin, dkk, 2022), orang yang mendapat dukungan dari orang lain akan mampu menerima dan menghargai. Dukungan sosial mengacu pada bantuan yang dikirimkan kepada seseorang yang mempunyai kedekatan dengan penerima dukungan. Bantuan ini mencakup aspek perasaan nyaman, perhatian, penghargaan, saran, atau pengetahuan (Amseke, 2018). Pandangan alternatif menyatakan bahwa dukungan sosial mencakup hubungan antara individu yang melibatkan pemberian bantuan dalam berbagai bentuk seperti informasi, perhatian, serta dukungan emosional positif. Jenis dukungan ini diperoleh melalui interaksi yang memberikan manfaat dan membantu individu menghadapi masalahnya (Rahma, 2017). Perspektif lain menguraikan bahwa dukungan sosial mencakup perasaan kenyamanan yang diterima oleh individu dan dapat berperan dalam meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan mereka (Istanto & Engry, 2019).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditentukan bahwa dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh individu yang memiliki hubungan sosial dekat dengan penerima dukungan, meliputi aspek kenyamanan, perhatian, penghargaan, saran, dan pengetahuan. Dukungan sosial juga mencakup dukungan emosional, instrumen, penghargaan, informasi, dan dari kelompok. Individu yang menerima dukungan sosial cenderung merasa dicintai, dihargai dan berharga, serta menjadi bagian dari kelompok yang membantu dalam situasi sulit.

2. Faktor-faktor Dukungan Sosial

Orang yang mendapatkan dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka diberi kasih sayang, dihargai, bernilai di mata orang lain, dan menjadi bagian dari komunitas yang membantu mereka saat memerlukan bantuan. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi dukungan sosial menurut Sarafino (2014):

a. Penerima Dukungan

Tergantung pada individu yang menerima dukungan tersebut. Jika individu tersebut tidak bersahabat dan kurang berinteraksi sosial, maka ia mungkin tidak dapat menerima dukungan sosial dari lingkungannya.

b. Penyedia Dukungan

Terkadang kurang memiliki yang diperlukan oleh orang lain. Oleh karena itu, hal ini dapat menyebabkan stres bagi orang yang memberikan dukungan.

c. Struktur dan Susunan Jaringan Sosial

Faktor ini terkait dengan interaksi individu dengan orang-orang di sekitarnya atau lingkungan sekitar. Tingkat keaktifan dapat memengaruhi faktor ini.

Di samping itu, ada empat faktor tambahan yang mampu mengakibatkan terciptanya dukungan sosial menurut Myers (2012), termasuk dalam hal ini adalah:

a. Empati

Kemampuan berempati adalah dorongan utama yang mendorong individu untuk berinteraksi dengan orang lain. Rasa empati memungkinkan seseorang merasakan dan memahami emosi yang dirasakan bagi pihak lain. Melalui empati, individu dapat

menghadirkan dukungan serta motivasi terhadap mereka yang menghadapi masalah, bertujuan untuk menekan serta menuntaskan atau menyelesaikan kendala yang dialami.

b. Norma

Norma-norma yang didapat sepanjang perkembangan hidup seseorang, terutama saat berinteraksi sosial akan membimbing perilaku individu untuk bersikap sesuai dan memenuhi tanggung jawab mereka dalam lingkungan sosial. Hal ini membentuk rasa peduli dalam hati seseorang, mendorongnya untuk menyerahkan pertolongan atau bantuan terhadap mereka yang memerlukan.

c. Pertukaran Sosial

Pertukaran sosial adalah bentuk hubungan antar individu yang mengikuti prinsip ekonomi sosial, di mana terjadi pemberian dan penerimaan imbalan, timbal balik, atau kompensasi. Teori pertukaran sosial menjelaskan bahwa dalam interaksi sosial, individu cenderung mencari imbalan sebanyak-banyaknya dan memangkas beban yang mereka tanggung, sehingga mereka dapat meramalkan perilaku yang akan diberikan kepada pihak lainnya.

d. Sosiologi

Teori sosiologi mengaplikasikan prinsip evolusi, di mana memberikan bantuan terhadap seseorang yang mempunyai hubungan darah lebih menguntungkan, memungkinkan keturunannya bertahan serta menghadapi kendala-kendala dengan lebih baik daripada memberikan pertolongan terhadap seseorang tanpa hubungan darah. Dalam konteks tersebut, memberikan pertolongan terhadap seseorang tanpa hubungan darah mungkin dilakukan dengan harapan mendapatkan imbalan atau pertolongan dari seseorang yang telah dibantu.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditentukan bahwa individu yang merasakan dukungan sosial memiliki kepercayaan akan didukung, dianggap berharga, dan dianggap bagian dari komunitas yang siap membantu saat diperlukan. Selain itu, terdapat pula faktor-faktor yang memengaruhi dukungan sosial seperti penerima dan penyedia dukungan, serta struktur dan pola jaringan sosial. Terdapat pula empat faktor lain yang berperan dalam terciptanya dukungan sosial adalah kemampuan berempati, norma-norma sosial, pertukaran sosial, dan prinsip evolusi dalam sosiologi yang menekankan pentingnya hubungan darah dalam memberikan bantuan.

3. Aspek-aspek Dukungan Sosial

Aspek-aspek dukungan sosial sebagaimana telah dijelaskan oleh Sarafino (2014), melibatkan:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional adalah bentuk dukungan yang dinyatakan melalui perhatian, empati, rasa peduli, dan kasih sayang terhadap individu lain. Dukungan emosional yang disediakan oleh individu terdekat seperti keluarga, sahabat, dan pasangan hidup, mencakup rasa simpati dan kepedulian kepada sesama. Dukungan emosional dari teman dekat termasuk dukungan dalam bentuk semangat dan kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh teman mereka. Dalam konteks ini, dukungan sosial juga mencakup tindakan seperti menunjukkan kepedulian dan afeksi kepada seseorang, menyimak keluh kesahnya, sehingga memberikan dampak positif karena memungkinkan individu untuk menyalurkan emosinya.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan melibatkan pemberian dukungan positif dan persetujuan terhadap ide, gagasan, atau perasaan yang

diajukan oleh individu melalui ekspresi positif. Selain itu, dukungan tersebut juga mencakup perbandingan positif dengan individu lain yang mungkin memiliki keadaan lebih baik atau lebih buruk, bertujuan untuk memunculkan perasaan berharga, kompeten, dan bermakna dalam diri individu. Dukungan penilaian atau penghargaan mencakup nasihat positif dan informasi yang diberikan untuk meningkatkan rasa percaya diri individu dalam mengatasi situasi sulit. Ini juga mencakup dukungan dalam bentuk perilaku atau gagasan, pemberian umpan balik, penguatan, serta evaluasi diri untuk mendorong kemajuan yang lebih baik.

c. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental adalah bentuk dukungan langsung yang diberikan kepada individu untuk mengatasi masa-masa sulit. Dukungan ini bisa berupa pemberian materi atau jasa, memberikan kesempatan, serta menyediakan bantuan sarana dan prasarana. Dukungan instrumen membantu individu mengatasi masalah yang dapat diatasi, sehingga memfasilitasi jalannya aktivitas individu dengan lancar.

d. Dukungan Informasi

Dalam dimensi ini terdapat pemberian petunjuk, arahan, hubungan interaktif, penyampaian informasi, dan juga saran yang memberikan dorongan.

e. Dukungan Jaringan Sosial

Dukungan jaringan sosial diperoleh dari kelompok dan individu yang merasakan kesamaan dan kebersamaan, baik dalam minat maupun dalam aktivitas sosial yang serupa.

Weiss (dalam Mayes dan Lewis, 2012) mengembangkan skala provinsi sosial untuk menilai ketersediaan dukungan sosial yang berasal

dari interaksi individu dengan orang lain. Skala ini mencakup enam aspek:

a. *Attachment* (kelelahan), yang mengacu pada perasaan dekat secara emosional dari individu lain yang mana sering kali terjadi melalui hubungan dekat seperti pasangan, sahabat, atau anggota keluarga
b. *Social Integration* (integrasi sosial), mengindikasikan terdapat kesamaan minat, perhatian, dan kegiatan rekreasi
c. *Reassurance of Worth* (pengakuan), menyoroti penghargaan dari orang lain terhadap kemampuan, keterampilan, dan nilai-nilai individu
d. *Reliable alliance* (ikatan yang dapat diandalkan), mencerminkan kepercayaan akan keberadaan individu lain yang dapat diandalkan untuk membantu menyelesaikan kendala atau memberikan jaminan serta dukungan, khususnya dari orang tua
e. *Guidance* (bimbingan), mencakup pemberian arahan serta informasi dari orang tua kepada anak.
f. *Opportunity for nurturance* (kesempatan untuk merawat), melibatkan perasaan anak bahwa orang tua bertanggung jawab atas kesejahteraannya.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat ditentukan bahwa aspek-aspek dari dukungan sosial mencakup dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasi, dan jaringan sosial. Kemudian terdapat skala yang digunakan untuk mengevaluasi ketersediaan dukungan sosial melalui aspek-aspek seperti kelekatan, integrasi sosial, pengakuan, ikatan yang dapat diandalkan, bimbingan, dan kesempatan untuk merawat. Dalam penelitian yang akan dilakukan memanfaatkan enam aspek yang dipaparkan oleh Sarafino (2014) sebagai acuan dalam menyusun alat ukur untuk melihat tingkat dukungan emosional, penghargaan, instrumental, informasi, dan jaringan sosial.

4. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam

Dalam konteks dukungan sosial, rasa kasih sayang antar sesama menjadi inti, di mana saat individu menghadapi kesulitan mereka cenderung mencari bantuan dari orang-orang terdekat, seperti anggota keluarga. Konsep ini juga terdapat dalam surah Al-Maidah ayat 2 yang berbunyi:

اَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تُحِلُّوْا شَعَاۤىِٕرَ اللّٰهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَاۤىِٕدَ وَلَآ اٰۤمِّيْنَ الْبَيْتَ الْحَرَامَ يَبْتَغُوْنَ فَضْلًا مِّنْ رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًاۗ وَاِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوْاۗ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ اَنْ صَدُّوْكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تَعْتَدُوْاۘ وَتَعَاوَنُوْا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوٰىۖ وَلَا تَعَاوَنُوْا عَلَى الْاِثْمِ وَالْعُدْوَانِۖ وَاتَّقُوا اللّٰهَۗ اِنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعِقَابِ

Artinya: *Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syiar-syiar (kesucian) Allah, jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qalā'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan (pula mengganggu) para pengunjung Baitulharam sedangkan mereka mencari karunia dan rida Tuhannya! Apabila kamu telah bertahalul (menyelesaikan ihram), berburulah (jika mau). Janganlah sekali-kali kebencian(-mu) kepada suatu kaum, karena mereka menghalang-halangimu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.*

Ayat tersebut seruan untuk menjadikan manusia untuk saling menolong dan membantu ketika menghadapi musibah. Sesungguhnya orang-orang yang munafik akan mendapatkan ganjaran murka Allah melalui siksaan yang pedih dan dalam waktu yang lama (Shihab, 2002: 177). Makna ayat di atas ialah perintah yang diberikan kepada manusia untuk berbuat baik kepada sesama dengan cara saling tolong menolong

dalam kebaikan serta bermanfaat dan tidak boleh saling tolong menolong dalam hal keburukan. Sehingga dalam menjalani kehidupan, individu harus menjalin hubungan yang baik dengan individu lainnya baik dengan keluarga, teman, ataupun kerabat lainnya.

C. Konseptualisasi *Self-efficacy*

1. Pengertian *Self-efficacy*

Albert Bandura merupakan tokoh pertama yang mengenalkan konsep efikasi diri atau *self-efficacy*. Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan langkah-langkah yang diperlukan guna mencapai tujuan yang diinginkan. Bandura memperkenalkan *self-efficacy*, yang merujuk pada keyakinan individu mengenai kemampuannya untuk menyelesaikan pekerjaan serta melakukan aktivitas yang dibutuhkan demi menggapai tujuan. Menurut Bandura (dalam Mudzkiyyah, 2022), *self-efficacy* melibatkan keterampilan mengatasi tantangan dalam pekerjaan mereka, optimisme, keteguhan, serta menciptakan rencana untuk mengatasi segala hambatan. Bagi Bandura, *self-efficacy* mencerminkan kepercayaan akan kemampuan individu dalam mengendalikan fungsi dirinya sendiri dan kejadian dalam lingkungan. *Self-efficacy* merupakan kepercayaan seseorang mengenai tindakan yang ingin mereka ambil, sejauh mana usaha yang akan mereka sumbangkan pada aktivitas tersebut, berapa lama mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta seberapa kuat ketahanan mereka menghadapi kemunduran (Bandura, 2006).

Self-efficacy adalah pandangan yang dimiliki individu tentang kemampuannya terhadap kondisi tertentu. *Self-efficacy* terkait atas kepercayaan individu yang mana mereka mempunyai kapasitas untuk menjalankan langkah yang diharapkan. *Self-efficacy* adalah keyakinan internal yang memungkinkan individu untuk menilai kemampuan mereka sendiri saat akan melakukan suatu tindakan. Ini melibatkan

berpikir dan bertindak dengan sikap positif untuk mencapai tujuan yang diinginkan. *Self-efficacy* adalah pandangan pribadi tentang seberapa baik seseorang mampu berkinerja pada kondisi tertentu. Ini berkaitan terhadap kepercayaan bahwa individu mempunyai keinginan untuk melakukan langkah yang diharapkan. Persepsi efikasi diri dapat berkembang, berubah, ditingkatkan, atau dikurangi melalui berbagai sumber, termasuk pengalaman pribadi dalam mencapai prestasi, pengamatan terhadap prestasi orang lain, pengaruh sosial yang persuasif, dan pengaruh emosional (Alwisol, 2009).

Seseorang yang yakin pada kemampuannya dalam mengatasi permasalahan memiliki potensi lebih besar untuk mencapai kesuksesan dibandingkan dengan individu yang merasa tidak memiliki keyakinan dan kemampuan untuk mengatasi tantangan (Feist & Feist, 2010). *Self-efficacy* umumnya didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap kapasitasnya, yang nantinya dapat dimanfaatkan sebagai alat untuk melakukan tindakan guna mencapai tujuan yang diinginkan (Ellis, 2008).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* atau efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menjalankan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan serta memiliki keyakinan bahwa mereka memiliki kapasitas untuk menjalankan tindakan yang diharapkan.

2. Faktor-faktor *Self-efficacy*

Menurut Bandura (2006), hal-hal yang memengaruhi efikasi diri atau *self-efficacy* seseorang ialah sebagai berikut:

a. Pengalaman

Pengalaman individu adalah faktor utama yang signifikan dalam memengaruhi efikasi diri seseorang. Oleh karena itu,

seseorang yang telah memiliki pengalaman sebelumnya dalam suatu bidang cenderung memiliki harapan untuk memiliki kemampuan yang dapat diterapkan di masa depan, yang pada gilirannya meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan bahwa mereka dapat menyelesaikan tugas mereka. Sebaliknya, individu yang kurang berpengalaman dalam bidang tertentu cenderung memiliki kepercayaan diri dan keyakinan yang lebih rendah dalam menyelesaikan tugas. Bandura juga menegaskan bahwa individu dapat belajar dari pengalaman yang telah mereka alami.

b. Modeling Sosial

Ketika individu merasa bahwa pihak lain yang mencapai keberhasilan mempunyai tingkat kemampuan yang seimbang dengan dirinya, ini dapat meningkatkan kepercayaan diri individu bahwa mereka juga bisa sukses seperti orang tersebut. Ini dikenal sebagai "modeling sosial" karena dapat meningkatkan *self-efficacy* individu. Jika individu merasa bahwa ada perbedaan besar atau signifikan dengan orang yang dijadikan panutan, pengaruh modeling sosial mungkin tidak berdampak positif pada peningkatan *self-efficacy* mereka.

c. Persuasi Sosial

Secara umum, persuasi sosial mengacu pada pemberian arahan, nasihat, atau bimbingan secara lisan oleh seseorang ketika mereka akan mengeksekusi tugas atau menghadapi masalah. Upaya untuk meningkatkan *self-efficacy* melalui persuasi sosial biasanya direkomendasikan kepada individu yang memiliki sifat premis, rendah diri, cenderung menghindari tugas di luar kapasitas mereka, kurang kompeten, dan kesulitan dalam mengoptimalkan potensi mereka. Oleh karena itu, mereka perlu mendapatkan panduan, nasihat, dan arahan agar bisa meningkatkan rasa percaya diri dan

keyakinan terhadap potensi yang dimiliki guna mencapai tujuan tertentu.

d. Kondisi Emosional

Tingkatan emosi yang dimiliki oleh setiap individu saat mereka menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dapat memengaruhi *self-efficacy* individu tersebut dan memengaruhi munculnya perilaku mereka.

Selain faktor-faktor yang telah dijelaskan di atas, menurut Kusrieni (2014) faktor-faktor yang memengaruhi *self-efficacy* adalah sebagai berikut:

a. Pemilihan perilaku

Memiliki peran yang signifikan dalam pembentukan efikasi diri, karena keberhasilan dalam menjalankan tugas atau keterampilan tertentu dapat meningkatkan *self-efficacy*, sementara kegagalan berulang cenderung mengurangi *self-efficacy*.

b. Besarnya usaha dan ketekunan

Hal tersebut juga menjadi faktor penting di mana keyakinan yang kuat akan efektivitas kemampuan akan mmemengaruhi seberapa besar usaha yang akan dilakukan untuk menghadapi situasi sulit.

c. Cara berpikir dan reaksi emosional

Cara berpikir dan reaksi emosional juga berperan penting terutama dalam mengatasi masalah yang rumit. Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung menyalahkan kegagalan pada usaha yang kurang, sementara individu dengan tingkat efikasi diri yang rendah cenderung menyalahkan kekurangan kemampuan diri.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* seseorang dipengaruhi oleh pengalaman, contoh sosial, dorongan sosial, dan situasi emosional. Selain itu, pemilihan perilaku, besarnya usaha dan ketekunan, serta cara berpikir dan reaksi emosional juga merupakan faktor-faktor yang memengaruhi *self-efficacy* individu.

3. Aspek-aspek *Self-efficacy*

Menurut Bandura (2006), terdapat tiga aspek atau dimensi dari *self-efficacy* yang meliputi:

a. Tingkat Kesulitan Tugas

Tingkat kesulitan suatu tugas dapat dilihat berbeda oleh setiap individu yang dipengaruhi oleh berbagai pengalaman yang telah mereka alami. Oleh karena itu, *self-efficacy* yang dihasilkan oleh setiap individu akan beragam. Hal ini terjadi karena tanggapan yang muncul ketika individu menghadapi tugas yang sejalan dengan kemampuan dasarnya. Ini menyangkut seberapa sulit individu merasakan suatu tugas ketika dihadapkan padanya. Tingkat kesulitan ini sangat dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu individu dalam menyelesaikan tugas. Dengan demikian, tingkat kesulitan ini berpengaruh pada cara individu bertindak.

b. Kekuatan Keyakinan

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kepercayaan individu terhadap kemampuan mereka untuk mengatasi atau menyelesaikan tugas. Seseorang yang telah memiliki pengalaman sebelumnya dalam melakukan tugas-tugas akan merasa lebih terampil dalam menyelesaikan tugas saat ini. Keyakinan yang kurang kuat bisa dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman yang kurang mendukung. Dimensi ini menggambarkan perilaku yang muncul dengan keyakinan bahwa seseorang mampu berupaya keras, gigih, dan tekun.

c. Generalisasi

Pada aspek ini, terkait dengan kemampuan individu untuk mengaplikasikannya dan memperluas kemampuan serta keyakinannya ketika mereka menghadapi berbagai tugas dan situasi yang berbeda. Generalisasi ini menunjukkan sejauh mana individu mampu meyakinkan diri mereka sendiri agar dapat mengatasi berbagai situasi yang beragam, bahkan jika sebelumnya mereka belum pernah menghadapi situasi tersebut. Tindakan yang timbul atas aspek tersebut adalah kepercayaan bahwa individu mampu menangani segala kendala dalam berbagai kondisi. Keyakinan ini tidak terbatas atas keadaan atau situasi tertentu saja.

Selain aspek-aspek yang telah dijelaskan di atas, menurut Rizvi (dalam Mubarok, 2020) terdapat beberapa aspek dari *self-efficacy*, yakni:

a. Ekspektasi hasil

Merujuk pada harapan terhadap hasil yang mungkin terjadi dari tindakan yang dilakukan.

b. Harapan efikasi

Keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri untuk mengambil langkah yang diperlukan guna mencapai tujuan tertentu.

c. Nilai hasil (*outcome value*)

Mengacu pada makna nilai dari manfaat yang diperoleh dari mencapai tujuan tersebut.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* memiliki tiga aspek penting seperti persepsi atas tingkat kesulitan tugas, keyakinan dalam kemampuan yang dimiliki, dan generalisasi. Selain itu, terdapat aspek lain seperti

ekspektasi hasil, harapan efikasi, dan nilai hasil. Pada penelitian yang akan dilakukan, peneliti menggunakan tiga aspek *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura (2006) sebagai acuan dalam penyusunan alat ukur untuk mengukur tingkat kesulitan tugas (*level*), keyakinan dalam kemampuan (*strength*), dan generalisasi (*generality*).

4. *Self-efficacy* Dalam Perspektif Islam

Dalam Al-Quran ditegaskan bahwa setiap individu akan memiliki kemampuan untuk menghadapi setiap peristiwa yang terjadi. Hal ini karena Allah SWT berjanji tidak memberikan suatu permasalahan yang melebihi batas kemampuan seseorang, sebagaimana terdapat dalam firman Allah SWT dalam surah Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَاۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَآ اِنْ نَّسِيْنَآ اَوْ اَخْطَأْنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَآ اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهٗ عَلَى الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖۚ وَاعْفُ عَنَّاۗ وَاغْفِرْ لَنَاۗ وَارْحَمْنَاۗ اَنْتَ مَوْلٰىنَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكٰفِرِيْنَ

Artinya: *Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) "Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkau pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir."*

Ayat di atas menjelaskan bahwa setiap tugas yang diberikan kepada seseorang tidak akan keluar dari tiga kemungkinan yaitu mampu dan mudah dilaksanakan, tidak mampu untuk dilaksanakan, dan yang

terakhir mampu dilaksanakan namun dengan susah payah. Tugas-tugas yang diberikan Allah kepada makhluknya merupakan tugas-tugas yang lapang, artinya mudah untuk dilaksanakan dan bahkan ketika menemukan kesulitan akan menyelesaikan satu tugas maka dalam kesulitan tersebut terdapat kemudahan. Seseorang yang kesulitan berwudhu karena tidak dapat menemukan air atau tidak bisa dikarenakan penyakit yang dialami, dirinya diperbolehkan bertayamum dan masih banyak contoh lainnya (Shihab, 2002: 621).

Dengan memahami isi dari surah Al-Baqarah ayat 286, diungkapkan bahwa Allah SWT memberikan tantangan dan ujian kepada hamba-Nya, tetapi tantangan dan ujian tersebut sesuai dengan kemampuan manusia untuk menghadapinya. Ayat ini juga mengindikasikan bahwa setiap individu mempunyai potensi dan keterampilan yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan. Potensi ini hanya akan terwujud jika individu mempunyai keyakinan yang kuat, yang juga berpengaruh pada perilaku mereka.

D. Hubungan Dukungan Sosial dan *Self-efficacy* dengan *Culture shock* Pada Mahasiswa Tahun Pertama Dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Memasuki dunia perkuliahan setelah menyelesaikan Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah suatu pengalaman yang umum dialami oleh mahasiswa baru. Meskipun bersifat normatif, transisi ini juga dapat menimbulkan tingkat stres yang signifikan karena terjadi secara bersamaan dengan perubahan lain, baik di tingkat personal individu, dalam dinamika keluarga, maupun dalam lingkungan perkuliahan. Mahasiswa perantau atau asing yang memasuki lingkungan pendidikan baru akan mengalami *culture shock* karena adanya perbedaan budaya, termasuk dalam hal komunikasi, metode belajar, penggunaan bahasa, dan interaksi sosial (Aguilera & Guerrero, 2016). Mahasiswa perantau yang mengalami *culture shock* ketika

mereka memasuki lingkungan baru berisiko mengalami kesulitan dalam menjalankan kegiatan mereka (Handayani & Yuca, 2018).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Mitasari dan Istikomayanti (2017), ditemukan bahwa tingkat *culture shock* yang terjadi pada mahasiswa mencapai angka 60%, menempatkannya dalam klasifikasi tinggi di mana mahasiswa mengalami ketegangan saat beradaptasi dengan lingkungan budaya yang berbeda. Mahasiswa juga cenderung memandang budaya asli mereka lebih superior daripada budaya baru yang mereka hadapi. Mereka menjadi lebih mudah tersinggung atau merasa tersentuh jika ada yang mengkritik budaya asal mereka. Rasa kehilangan akan orang yang sudah sudah dikenal lama, keinginan untuk pulang dan bersama keluarga, serta kekhawatiran akan keamanan diri karena perbedaan budaya menjadi perasaan yang dirasakan. Semua ini berdampak pada kesejahteraan psikologis mahasiswa, dengan dampak yang paling signifikan berupa tingkat stres yang tinggi dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa mengalami kesulitan belajar, masalah tidur, rindu rumah, dan ketidaknyamanan dalam hal makan.

Culture shock atau yang disebut sebagai gegar budaya dalam bahasa Indonesia yakni istilah psikologis yang mendeskripsikan kedudukan serta suasana hati seseorang saat dihadapkan terhadap suatu keadaan lingkungan serta budaya yang tidak familiar (Haslami, 2020). Aspek *culture shock* terdiri atas: *affective* yaitu berkaitan dengan perasaan dan emosi individu, *behavior* mencakup perilaku individu yang dapat memengaruhi mereka ketika mengalami gegar budaya, dan yang terakhir *cognitive* di mana individu cenderung memiliki pemikiran negatif dan kesulitan berbahasa yang mengakibatkan kesulitan dalam berinteraksi sosial (Ward, 2001).

Dukungan sosial mengacu pada berbagai bentuk bantuan yang diterima individu satu sama lain. Dukungan sosial merujuk pada beragam cara individu saling membantu, mulai dari memberikan dukungan emosional seperti perhatian dan kenyamanan, hingga dukungan praktis,

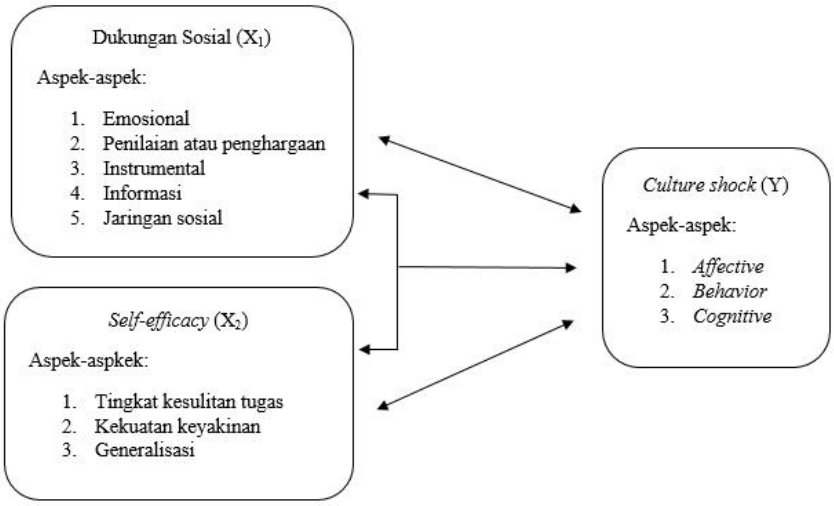
penghargaan, informasi, dan dukungan dari kelompok. Kekuatan dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan dalam memengaruhi dan mencegah tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Aspek-aspek dukungan sosial meliputi: dukungan emosional yang dinyatakan melalui kepedulian dan kasih sayang, dukungan penghargaan yang diberikan melalui ungkapan penghargaan ataupun terhadap gagasan dan ide, dukungan instrumental dapat berupa bantuan sarana dan prasarana, dukungan informasi dapat berupa pemberian petunjuk atau saran yang memberikan dorongan, dukungan jaringan sosial dapat diperoleh dari kelompok dan individu yang merasakan kesamaan dan kebersamaan (Sarafino, 2014). Berdasarkan penjelasan di atas bahwa adanya keterkaitan antara dukungan sosial dengan *culture shock*. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Andre dan Huwae (2022), dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock*. Semakin rendah tingkat *culture shock* yang dimiliki maka semakin tinggi tingkat dukungan sosial. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi tingkat *culture shock* yang dimiliki maka semakin rendah tingkat *culture shock.*

Self-efficacy merupakan kepercayaan seseorang mengenai tindakan yang ingin mereka ambil, sejauh mana usaha yang akan mereka sumbangkan pada aktivitas tersebut, berapa lama mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta seberapa kuat ketahanan mereka menghadapi kemunduran. Terdapat tiga aspek dari *self-efficacy* yang meliputi: tingkat kesulitan tugas yang dapat dilihat berbeda oleh setiap individu yang dipengaruhi oleh berbagai pengalaman, kekuatan keyakinan terhadap kemampuan untuk mengatasi atau menyelesaikan tugas, dan generalisasi yang terkait dengan kemampuan individu untuk mengaplikasikannya dan memperluas kemampuan serta keyakinannya ketika mereka menghadapi berbagai tugas dan situasi yang berbeda (Bandura, 2006). Berdasarkan penjelasan di atas bahwa adanya keterkaitan antara *self-efficacy* dengan *culture shock*. Hal tersebut sesuai dengan

penelitian yang telah dilakukan oleh Fadilah (2017), dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *culture shock*. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* yang dimiliki maka semakin rendah tingkat *culutre shock*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-efficacy* yang dimiliki maka semakin tinggi tingkat *culture shock*.

Berdasarkan uraian di atas, dukungan sosial dan self-efficacy dengan culture shock saling berhubungan. Maka kerangka berpikir tentang bagaimana teori keterhubungan dengan aspek yang telah diidentifikasikan sebagai permasalahan adalah sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian



E. Hipotesis

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, serta landasan teori yang telah dijelaskan sebelumnya, maka dapat disusun beberapa hipotesis sebagai berikut:

H1 = Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

H2 = Terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

H3 = Terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Metodologi yang digunakan dalam pendekatan ini adalah kuantitatif. Karena teknik kuantitatif telah ada sejak lama dan telah diakui sebagai tradisi penelitian, maka disebut sebagai metode tradisional. Pendekatan ini diterima sebagai pendekatan ilmiah karena menganut konsep-konsep ilmiah seperti konkrit, empiris, rasional, sistematis, terukur, dan objektif. Mengingat dapat mengarah pada pengembangan informasi baru, maka metode ini dikenal juga sebagai metode penemuan. Istilah "kuantitatif" pertama kali muncul mengacu pada data penelitian yang dinyatakan secara numerik dan dinilai secara statistik (Sugiyono, 2013:7).

Penelitian ini mengadopsi desain kuantitatif korelasi, suatu pendekatan penelitian yang memungkinkan untuk mengeksplorasi tingkat hubungan antara variabel X_1, X_2, dan Y tanpa melakukan manipulasi atau pengaruh langsung terhadap kondisi variabel tersebut. Dalam penelitian korelasi, terdapat dua klasifikasi variabel, yakni variabel bebas atau independen dan variabel terikat atau *dependen* (Fraenkel & Wallen, 1990).

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah karakteristik, kualitas, atau tujuan yang dimiliki seseorang, objek, atau aktivitas. Peneliti telah mengidentifikasi variasi dalam variabel ini yang harus dipelajari untuk dapat ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013:38). Variabel bebas memiliki peran sebagai pemicu atau penyebab perubahan atau timbulnya variabel *dependen*. Sebaliknya, variabel terikat merupakan hasil atau akibat yang dipengaruhi oleh variabel *independen* (Sugiyono, 2013:39).

1) Variabel bebas (X_1) = Dukungan Sosial
2) Variabel bebas (X_2) = *Self-efficacy*
3) Variabel terikat (Y) = *Culture shock*

C. Definisi Operasional

1. *Culture shock*

Culture shock merujuk pada penyesuaian pada tingkat pemahaman atas norma-norma sosial, aturan, serta bahasa, dan juga pengalaman emosional dan masalah psikologis seperti depresi, frustasi, dan disorientasi yang dihadapi individu ketika dalam lingkungan budaya asing. Aspek *culture shock* terdiri atas: *affective* yaitu berkaitan dengan perasaan dan emosi individu, *behavior* mencakup perilaku individu yang dapat memengaruhi mereka ketika mengalami gegar budaya, dan yang terakhir *cognitive* di mana individu cenderung memiliki pemikiran negatif dan kesulitan berbahasa yang mengakibatkan kesulitan dalam berinteraksi sosial (Ward, 2001). Semakin tinggi skor yang didapatkan, maka semakin tinggi pula tingkat *culture shock*. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat, maka semakin rendah tingkat *culture shock.*

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh individu yang memiliki hubungan sosial dekat dengan penerima dukungan, meliputi aspek kenyamanan, perhatian, penghargaan, saran, dan pengetahuan. Aspek-aspek dukungan sosial meliputi: dukungan emosional yang dinyatakan melalui kepedulian dan kasih sayang, dukungan penghargaan yang diberikan melalui ungkapan penghargaan ataupun terhadap gagasan dan ide, dukungan instrumental dapat berupa bantuan sarana dan prasarana, dukungan informasi dapat berupa pemberian petunjuk atau saran yang memberikan dorongan, dukungan jaringan sosial dapat diperoleh dari kelompok dan individu yang merasakan kesamaan dan kebersamaan (Sarafino, 2014). Semakin tinggi skor yang didapat, maka semakin tinggi tingkat dukungan sosial. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan, maka semakin rendah pula tingkat dukungan sosial.

3. *Self-efficacy*

Self-efficacy atau efikasi diri adalah keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Terdapat tiga aspek dari *self-efficacy* yang meliputi: tingkat kesulitan tugas yang dapat dilihat berbeda oleh setiap individu yang dipengaruhi oleh berbagai pengalaman, kekuatan keyakinan terhadap kemampuan untuk mengatasi atau menyelesaikan tugas, dan generalisasi yang terkait dengan kemampuan individu untuk mengaplikasikannya dan memperluas kemampuan serta keyakinannya ketika mereka menghadapi berbagai tugas dan situasi yang berbeda (Bandura, 2006). Semakin tinggi skor yang didapatkan, maka semakin tinggi tingkat *self-efficacy*. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan, maka semakin rendah tingkat *self-efficacy*.

D. Sumber dan Jenis Data

1. Sumber Data

Proses pengumpulan data dapat memanfaatkan sumber primer, yang secara langsung menyediakan informasi kepada peneliti, dan sumber sekunder yang tidak secara langsung memberikan data kepada peneliti (Sugiyono, 2013:225). Dalam penelitian ini menggunakan sumber primer. Sumber primer dalam penelitian ini didapatkan dari mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera yang berkuliah di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Berdasarkan data yang diperoleh dari Pusat Teknologi Informasi dan Pangkalan Data (PTIPD) Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, bahwa mahasiswa tahun pertama yang berasal dari Pulau Sumatera berjumlah: 14 orang dari Aceh, 32 orang dari Sumatera Utara, 11 orang dari Sumatera Barat, 38 orang dari Riau, 30 orang dari Jambi, 42 orang dari Sumatera Selatan, 18 orang dari Bengkulu, 41 orang dari Lampung, 19 orang dari Kepulauan Riau, dan 18 orang dari Kepulauan Bangka Belitung.

2. Jenis Data

Penelitian ini menggunakan jenis data berupa data kuantitatif yang memanfaatkan representasi numerik untuk menggambarkan informasi yang diperoleh (Sugiyono, 2013:225). Informasi dalam penelitian ini diperoleh melalui evaluasi skor jawaban menggunakan skala pengukuran untuk variabel dukungan sosial, *self-efficacy*, dan *culture shock.*

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini melibatkan mahasiswa tahun pertama di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera. Untuk mengumpulkan data digunakan platform online berupa *google* form, yang kemudian disebarluaskan kepada Organisasi Daerah (ORDA) Pulau Sumatera dan juga kepada mahasiswa-mahasiswa tahun pertama (angkatan 2023) yang berasal dari Pulau Sumatera. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari tahun 2024.

F. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari orang-orang yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan diberi ciri-ciri dan karakteristik tertentu yang darinya diperoleh kesimpulan (Sugiyono, 2013:215). Dalam penelitian ini, kelompok yang menjadi fokus adalah mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 263 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil sebagai representasi yang mencakup objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2013:215). Mahasiswa tahun pertama

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera sebanyak 263 mahasiswa. Sampel penelitian ini menggunakan rumusm Slovin yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = sampel

N = populasi

e = error margin (5%)

Dengan rumus Slovin di atas, peneliti dapat memperoleh sampel penelitian sebagai berikut:

$$n = \frac{263}{1 + 263(0{,}05)^2}$$

$$n = \frac{263}{1{,}65}$$

$$n = 159$$

Melalui hasil perhitungan dengan rumus Slovin tersebut, didapatkan hasil sebanyak 159 mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera dengan total populasi 263 serta dengan menggunakan batas kesalahan sebesar 5%.

G. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan teknik untuk mengambil sampel dalam penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling*. *Non probability sampling* merupakan metode pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih sebagai bagian dari sampel. Dengan jenis teknik

pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan metode pengambilan sampel di mana partisipan dipilih berdasarkan ketersediaan dan kemudahan mereka untuk dihubungi (Sugiyono,2013:82).

Pelaksanaan pengambilan sampel dilakukan kepada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera berdasarkan syarat-syarat tertentu. Berikut merupakan syarat-syarat sampel dalam penelitian ini:

a. Mahasiswa tahun pertama (angkatan 2023) Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
b. Berasal dari Pulau Sumatera

H. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif, peneliti akan memanfaatkan alat pengukur psikologi dengan model metodologi skala *likert* untuk menghimpun data. Alat ini dirancang untuk mengukur nilai variabel yang sedang diteliti. Oleh karena itu, jumlah alat pengukur yang digunakan dalam penelitian bergantung pada jumlah variabel yang tengah diinvestigasi (Sugiyono, 2013:92). Skala *likert* adalah alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengevaluasi sikap, pandangan, dan persepsi orang atau kelompok terhadap fenomena sosial yang telah diidentifikasi secara formal sebagai variabel penelitian. Variabel-variabel yang diukur dibagi menjadi variabel-variabel indikator dengan menggunakan skala *likert*, yang kemudian dijadikan landasan dalam pembuatan item instrumen. Item-item ini dapat berupa pernyataan atau pertanyaan dan tanggapan setiap instrumen harus disertakan skala *likert* yang ekstrem sangat positif dan sangat negatif, sebagaimana tergambarkan dalam tabel berikut (Sugiyono, 2013:93):

Tabel 3.1 Kategori dalam penilaian item

Kategori	*Favorable*	*Unfavorable*
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

1. Skala *Culture shock*

Skala *culture shock* mengacu terhadap aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ward (dalam Andre dan Huwae, 2022) yang telah disesuaikan dengan subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera, yang meliputi *affective*, *behavior*, dan *cognitive* dengan jumlah 29 item yang terdiri dari 16 item *favorable* dan 13 item *unfavorable*.

Tabel 3.2 *Blueprint* skala *culture shock*

Aspek	**Indikator**	**F**	**UF**	**Jumlah**
Affective	Perasaan cemas, bingung, disorientasi, curiga, dan sedih berada di lingkungan baru	1, 5	3	3
	Perasaan kehilangan keluarga dan teman	7*, 11	9	3
	Rindu kampung halaman	13, 15	17	3

Behavior	Mengalami kesulitan tidur dan selalu ingin buang air kecil	19*, 23	21*, 25*	4
	Sakit fisik dan tidak nafsu makan	27, 28*	29*, 26	4
	Kurang interaksi dengan warga lokal	24, 20	22, 18	4
Cognitive	Memiliki pandangan negatif terhadap budaya baru	16, 12	14, 10	4
	Kesulitan dalam berbahasa	8	6	2
	Kesulitan dalam berinteraksi sosial	4	2	2
Jumlah				**29**

Tanda * = Item gugur

2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial mengacu terhadap aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (2014) yang telah disesuaikan dengan subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera, yang meliputi emosional, penghargaan, instrumental, informasi, dan jaringan sosial dengan jumlah 30 item yang terdiri dari 16 item *favorable* dan 14 item *unfavorable*.

Tabel 3.3 *Blueprint* skala dukungan sosial

Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
Emosional	Adanya rasa empati yang diterima	1, 30*	3	3
	Adanya rasa peduli dan perhatian	5	27	2

Penghargaan	Individu merasa dihargai posisinya	8, 25	10, 23	4
	Individu memiliki hak dalam pengambilan keputusan	12, 21	20	3
Instrumental	Individu menerima bantuan berupa materi atau barang dari orang lain	14	16	2
	Individu menerima bantuan berupa tindakan	17	18, 15	3
Informasi	Individu saling berbagi informasi	19	13	2
	Individu menerima nasihat atau arahan dari orang terdekat	22, 11	24, 9*	4
Jaringan sosial	Individu memiliki hubungan dengan orang sekitar tempat tinggal	26*, 7*	6	3
	Individu memiliki rasa kebersamaan dalam kelompok	28, 4	29, 2	4
Jumlah				**30**

Tanda * = Item gugur

3. *Self-efficacy*

Skala *self-efficacy* mengacu terhadap aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura (2006) yang telah disesuaikan dengan subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera, yang meliputi tingkat kesulitan tugas, kekuatan keyakinan, dan

generalisasi dengan jumlah 24 item yang terdiri dari 12 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*.

Tabel 3.4 *Blueprint* skala *self-efficacy*

Aspek	**Indikator**	**F**	**UF**	**Jumlah**
Tingkat kesulitan tugas (*level*)	Mampu menghadapi kesulitan dalam memecahkan masalah	1, 12	3, 10	4
	Pantang menyerah dalam menyelesaikan permasalahan	18, 24*	15, 23	4
Kekuatan keyakinan (*strength*)	Memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan permasalahan	5, 8	7, 6	4
	Memiliki semangat dalam menyelesaikan permasalahan	17, 22	14, 21	4
Generalisasi (*generality*)	Mampu menghadapi segala hal dengan positif	9, 4	11, 2	4
	Menggunakan pengalaman dalam memecahkan permasalahan	16, 20*	13,19	4

Jumlah	24

Tanda * = Item gugur

I. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas menunjukkan sejauh mana ketepatan data yang dilaporkan oleh peneliti mencerminkan realitas pada objek penelitian. Dengan kata lain, data dianggap valid jika terdapat perbedaan yang signifikan antara informasi yang disampaikan oleh peneliti dengan fakta sebenarnya yang terjadi pada objek penelitian. Pentingnya dalam validasi skala psikologi adalah untuk menunjukkan bahwa seluruh aspek perilaku, indikator perilaku, dan item-item tersebut dapat membentuk konsep yang akurat sesuai dengan atribut yang diukur (Sugiyono, 2013:267).

Dalam penelitian ini, validitas diuji menggunakan validitas isi. Validitas isi menunjukkan sejauh mana item-item dalam skala psikologis dalam mengukur variabel yang dimaksud. Butir instrumen kemudian dievaluasi oleh ahli yang membidangi melalui *expert judgement*, dalam penelitian ini dilakukan oleh dua dosen pembimbing. Kriteria batasan koefisien adalah ≥ 0,30, dengan mempertimbangkan nilai *corrected-item total correlation* (Azwar, 2015:164).

2. Reliabilitas

Dalam perspektif positivistik (kuantitatif), data dianggap reliabel jika beberapa peneliti pada objek serupa menghasilkan data serupa, atau peneliti yang sama pada waktu berbeda menghasilkan data serupa. Pemecahan sekelompok data menjadi dua juga menunjukkan tidak adanya perbedaan data. Reliabilitas berkaitan dengan konsistensi, sehingga jika peneliti lain mengulangi penelitian pada objek dan metode serupa, hasilnya akan serupa. Meskipun demikian, keberhasilan reliabilitas belum tentu menjamin validitas (Sugiyono, 2013:286).

Pendekatan reliabilitas yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan metode *Alpha-Cronbach*. Keputusan reliabilitas diambil jika nilai *Alpha-Cronbach* >0,6 instrumen penelitian dianggap reliabel. Sebaliknya jika nilai *Alpha-Cronbach* <0.6 instrumen penelitian dianggap tidak reliabel.

J. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

a. *Culture shock*

Skala *culture shock* yang digunakan pada uji coba dalam penelitian ini berjumlah 29 item, yang mana telah diuji coba kepada 30 orang mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Kalimantan. Hasil uji validitas menunjukkan terdapat 25 item yang dinyatakan valid dan empat item lainnya dinyatakan gugur karena mempunya koefisien kurang dari 0,30. Item yang dinyatakan gugur adalah item nomor 8, 10, 13,dan 15

b. Dukungan sosial

Skala dukungan sosial pada uji coba dalam penelitian ini berjumlah 30 item, yang mana telah diuji coba terhadap 30 orang mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Kalimantan. Hasil dari uji validitas menunjukkan terdapat 27 item yang valid dan tiga item lainnya yang dinyatakan gugur karena mempunya koefisien kurang dari 0,30. Item yang dinyatakan gugur adalah item nomor 7, 16, dan 30.

c. *Self-efficacy*

Skala *self-efficacy* pada uji coba dalam penelitian ini berjumlah 24 item, yang mana diuji coba terhadap 30 orang mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo

Semarang yang berasal dari Pulau Kalimantan. Hasil dari uji validitas menunjukkan terdapat 21 item yang dinyatakan valid dan tiga lainnya yang dinyatakan gugur karena mempunya koefisien kurang dari 0,30. Item yang dinyatakan gugur adalah item dengan nomor 13, 23 dan 24.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus *cronbarch alpha*. Hasil dari masing-masing pengujian adalah sebagai berikut:

a. *Culture shock*

Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien *cronbach alpha* lebih dari 0,6. Dalam penelitian ini nilai *cronbarch alpha* skala *culture shock* sebelum item gugur adalah 0,904 yang artinya lebih besar dari 0,6. Kemudian dilakukan pengujian lagi dengan skala *culture shock* setelah item gugur dengan hasil 0,919 yang artinya lebih besar dari 0,6. Terjadi peningkatan nilai *cronbach alpha* dari sebelum item gugur hingga item gugur. *Skala culture shock* memiliki koefisien sebesar 0,919, maka dapat diartikan bahwa skala tersebut memiliki reliabilitas tinggi.

Tabel 3.5 Hasil Pengujian Reliabilitas
Skala *Culture shock* sebelum item gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,904	29

Tabel 3.6 Hasil Pengujian Reliabilitas

Skala *Culture shock* setelah item gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,919	25

b. Dukungan sosial

Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien *cronbarh alpha* lebih dari 0,6. Dalam penelitian ini nilai *cronbarch alpha* skala dukungan sosial sebelum item gugur adalah 0,951 yang artinya lebih besar dari 0,6. Kemudian dilakukan pengujian lagi dengan skala dukungan sosial setelah item gugur dengan hasil 0,959 yang artinya lebih besar dari 0,6. Terjadi peningkatan nilai *cronbach alpha* dari sebelum item gugur hingga item gugur. Skala dukungan sosial memiliki koefisien sebesar 0,959, maka dapat diartikan bahwa skala tersebut memiliki reliabilitas tinggi.

Tabel 3.7 Hasil Pengujian Reliabilitas

Skala Dukungan Sosial sebelum item gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,951	30

Tabel 3.8 Hasil Pengujian Reliabilitas

Skala Dukungan Sosial setelah item gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,959	27

c. *Self-efficacy*

Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien *cronbarch alpha* lebih dari 0,6. Dalam penelitian ini nilai *cronbarch alpha* skala *self-efficacy* sebelum item gugur adalah 0,919 yang artinya lebih besar dari 0,6. Kemudian dilakukan pengujian lagi dengan skala *self-efficacy* setelah item gugur dengan hasil 0,958 yang artinya lebih besar dari 0,6. Terjadi peningkatan nilai *cronbach alpha* dari sebelum item gugur hingga item gugur. Skala *self-efficacy* memiliki koefisien sebesar 0,958, maka dapat diartikan bahwa skala tersebut memiliki reliabilitas tinggi.

Tabel 3.9 Hasil Pengujian Reliabilitas
Skala *Self-efficacy* sebelum item gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,919	24

Tabel 3.10 Hasil Pengujian Reliabilitas
Skala *Self-efficacy* setelah item gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,958	21

K. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Untuk dapat menentukan apakah data penelitian sesuai dengan distribusi normal atau tidak, pengujian normalitas sangat membantu. Histogram berbentuk lonceng mewakili bentuk rata-rata data jika berdistribusi normal. Sebaliknya, kurva meliuk atau

berombak mungkin terlihat pada histogram jika data tidak berdistribusi normal (Agung, 2016:23). Salah satu cara untuk menentukan apakah suatu hasil berdistribusi normal atau tidak adalah dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Dalam uji ini, karena tingkat signifikansi yang digunakan adalah 0,05, temuan dengan nilai p di atas 0,05 dianggap normal, sedangkan temuan dengan nilai p di bawah 0,05 dianggap tidak normal (Priyatno, 2009:28).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengevaluasi apakah terdapat hubungan linear antara dua variabel, yaitu variabel *independen* dan *dependen*. Pada penelitian ini, pengujian dilakukan dengan menggunakan *Test for Linearity* dengan tingkat signifikansi kurang dari 0,05. Selain itu, asumsi linearitas juga dianggap terpenuhi jika nilai *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05 (Widhiarso, 2010:5)

2. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah solusi jangka pendek terhadap suatu masalah penelitian, dan pengumpulan data diperlukan untuk memverifikasi validitasnya. Hipotesis dapat didefinisikan secara statistik sebagai pernyataan tentang status populasi (parameter) yang akan diuji. Statistik atau data dari sampel itu yang akan menjadi landasan kebenaran. Dengan kata lain, tujuannya adalah untuk memperkirakan kondisi populasi melalui informasi yang ditemukan dalam sampel (Sugiyono, 2013:159). Dalam penelitian ini dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan korelasi untuk mengungkapkan apakah terdapat kaitan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Penelitian ini melibatkan tiga variabel, yakni *culture shock* (Y), dukungan sosial (X_1), dan *self-efficacy* (X_2).

Korelasi *Product Moment* akan digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua, dan analisis korelasi berganda (*Multiple Correlation*) akan digunakan untuk menguji hipotesis ketiga. Korelasi *Product Moment* digunakan untuk memastikan apakah nilai dari suatu hubungan dianggap ada jika signifikansinya <0,05, sebaliknya jika signifikansinya >0,05 maka dianggap tidak ada hubungan (Sugiyono, 2013:243). Untuk analisis korelasi berganda, interpretasi dilakukan melalui tabel *Model Summary* dengan fokus pada kolom R. Nilai r hitung akan muncul dalam *output* tabel *Model Summary* dan pedoman interpretasinya berada dalam rentang 0 hingga 1 (Sugiyono, 2013:243).

Tabel 3.11 Kriteria Koefisiensi Korelasi

Interval Koefisien	**Tingkat Hubungan**
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono (2017:242)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

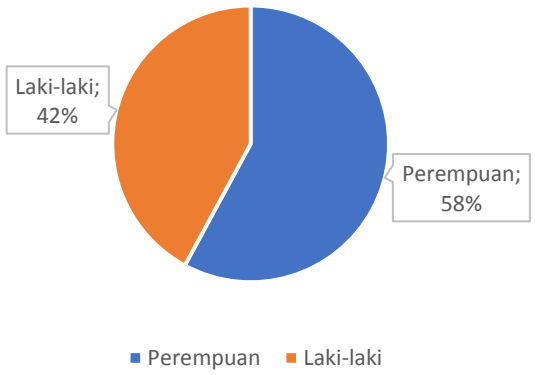
1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera yang mencakup Provinsi Aceh, Bengkulu, Jambi, Kepulauan Bangka Belitung, Kepulauan Riau, Lampung, Riau, Sumatera Barat, Sumatera Selatan, dan Sumatera Utara. Dalam penelitian ini menggunakan ukuran populasi dengan jumlah 263, dan untuk sampelnya sendiri diambil sejumlah 159 berdasarkan perhitungan rumus Slovin. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *Likert* yang disebarkan secara *online* melalui *google form*. Berdasarkan skala yang telah disebarkan, didapatkan data dengan kategorisasi sebagai berikut:

a) Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategorisasi subjek responden penelitian berdasarkan jenis kelamin telah dirangkung dalam grafik berikut:

Gambar 4.1 Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

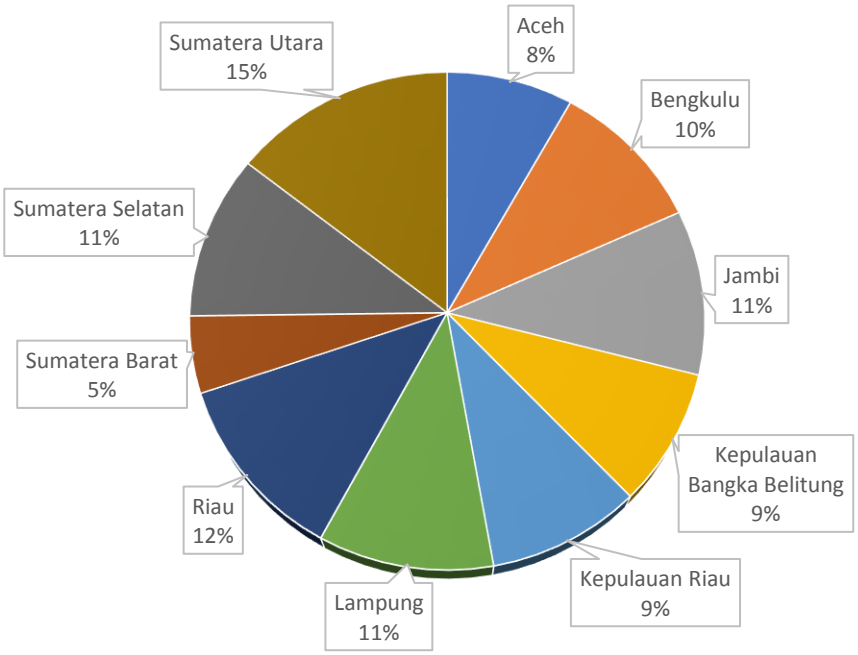


Berdasarkan grafik di atas, dapat diketahui bahwa presentase jumlah perempuan dalam sampel sebesar 55% atau sejumlah 88 orang, sementara laki-laki sebesar 45% atau sejumlah 71 orang.

b) Berdasarkan Tempat Asal

Kategorisasi subjek responden penelitian berdasarkan tempat asal telah dirangkum dalam grafik berikut:

Gambar 4.2 Sampel Penelitian Berdasarkan Tempat Asal



Berdasarkan grafik di atas, dapat diketahui bahwa presentase jumlah subjek yang berasal dari Aceh sebesar 8% atau sejumlah 14 orang, subjek berasal dari Bengkulu sebesar 10% atau sejumlah 15 orang, subjek berasal dari Jambi sebesar 11% atau sejumlah 18 orang, subjek berasal dari Kepulauan Bangka Belitung sebesar 10% atau sejumlah 15 orang, subjek berasal dari Kepulauan Riau sebesar 9% atau sejumlah 15 orang, subjek berasal dari Lampung sebesar 11% atau sejumlah 18 orang, subjek berasal dari Riau sebesar 11% atau sejumlah 17 orang, subjek berasal dari Sumatera Barat sebesar 5% atau sejumlah 8 orang, subjek berasal dari Sumatera Selatan

sebesar 11% atau sejumlah 18 orang, dan subjek berasal dari Sumatera Utara sebesar 13% atau sejumlah 21 orang.

2. Deskripsi Data Penelitian

Tujuan dari deskripsi data merupakan untuk memberikan visualisasi berdasarkan masing-masing variabel. Hasil pengukuran *SPSS* di bawah ini menunjukkan data dalam tabel berikut: kisaran data, nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata-rata, dan simpangan baku.

Tabel 4.1 Tabel Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Culture Shock	159	56	34	90	69,62	15,034
Dukungan Sosial	159	70	36	106	60,58	18,135
Self-efficacy	159	56	25	81	46,76	15,065
Valid N (listwise)	159					

Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa variabel *Culture shock* (Y) memiliki rentang data sebesar 56, dengan nilai minimum 34 dan maksimum 90, serta memiliki rata-rata skor sebesar 69,62 dengan standar deviasi 15,034. Variabel Dukungan Sosial (X1) memiliki rentang data sebesar 70, dengan nilai minimum 36 dan maksimum 106, serta memiliki rata-rata skor sebesar 60,58 dengan standar deviasi 18,135. Variabel *Self-efficacy* (X2) memiliki rentang data sebesar 56, dengan nilai minimum 25 dan maksimum 81, serta memiliki rata-rata skor sebesar 46,76 dan dengan standar deviasi 15,065. Berdasarkan data yang diperoleh, kategorisasi dapat dilakukan seperti berikut:

Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Variabel *Culture shock*

Rumus Kategorisasi	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X < (rata-rata – 1SD)	X < 54,586	Rendah

(rata-rata – 1SD) ≤ X < (rata-rata + 1SD)	54,586 ≤ X < 84,654	Sedang
X ≥ (rata-rata + 1SD)	X ≥ 84,654	Tinggi

Berdasarkan rumus kategorisasi untuk variabel untuk variabel *culture shock*, hasilnya menunjukkan bahwa subjek dengan *culture shock* tinggi apabila skornya lebih dari 84,654; sedang atau cukup apabila skornya antara 54,586 dan 84,654; dan rendah apabila skornya di bawah 54,586. Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi *culture shock* sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Variabel *Culture shock*

Kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	27	17,0	17,0	17,0
	Sedang	89	56,0	56,0	73,0
	Tinggi	43	27,0	27,0	100,0
	Total	159	100,0	100,0	

Dari kategori di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera memiliki tingkat *culture shock* dengan kategori tinggi sebanyak 27,0%, tingkat *culture shock* sedang sebanyak 56,0%, dan tingkat *culture shock* rendah sebanyak 17,0%. Dari tabel di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera memiliki tingkat *culture shock* yang sedang sebanyak 89 atau 56,0%.

Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Variabel Dukungan Sosial

Rumus Kategorisasi	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X < (rata-rata – 1SD)	X < 42,445	Rendah

(rata-rata – 1SD) ≤ X < (rata-rata + 1SD)	42,445 ≤ X < 78,715	Sedang
X ≥ (rata-rata + 1SD)	X ≥ 78,715	Tinggi

Berdasarkan rumus kategorisasi untuk variabel untuk variabel dukungan sosial, hasilnya menunjukkan bahwa subjek dengan dukungan sosial tinggi apabila skornya lebih dari 78,715; sedang atau cukup apabila skornya antara 42,445 dan 78,715; dan rendah apabila skornya di bawah 42,445. Dari rumus kategori variabel dukungan sosial di atas, maka dapat disumpulkan bahwa hasil kategorisasi dukungan sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Variabel Dukungan Sosial

Kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	41	25,8	25,8	25,8
	Sedang	88	55,3	55,3	81,1
	Tinggi	30	18,9	18,9	100,0
	Total	159	100,0	100,0	

Dari kategorisasi di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera memiliki tingkat dukungan sosial dengan kategori tinggi sebanyak 18,9%, tingkat dukungan sosial sedang sebanyak 55,3%, dan tingkat dukungan sosial rendah sebanyak 25,8%. Dari tabel di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang sebanyak 88 atau 55,3%.

Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Variabel *Self-efficacy*

Rumus Kategorisasi	Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
X < (rata-rata – 1SD)	X < 31,695	Rendah
(rata-rata – 1SD) ≤ X < (rata-rata + 1SD)	31,695 ≤ X < 61,825	Sedang
X ≥ (rata-rata + 1SD)	X ≥ 61,825	Tinggi

Berdasarkan rumus kategorisasi untuk variabel untuk variabel *self-efficacy*, hasilnya menunjukkan bahwa subjek dengan *self-efficacy* tinggi apabila skornya lebih dari 61,825; sedang atau cukup apabila skornya antara 31,695 dan 61,825; dan rendah apabila skornya di bawah 31,695. Berdasarkan tabel di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil kategorisasi *self-efficacy* sebagai berikut:

Tabel 4.7 Distribusi Variabel *Self-efficacy*

Kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	47	29,6	29,6	29,6
	Sedang	82	51,6	51,6	81,1
	Tinggi	30	18,9	18,9	100,0
	Total	159	100,0	100,0	

Dari kategori di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera memiliki tingkat *self-efficacy* dengan kategori tinggi sebanyak 18,9%, tingkat *self-efficacy* dengan kategori sedang sebanyak 51,6%, dan tingkat *self-efficacy* rendah 29,6%. Dari tabel di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera memiliki tingkat *self-efficacy* yang sedang sebanyak 82 atau 51,6%.

B. Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan untuk memastikan data yang digunakan dalam penelitian terdistribusi dengan normal. Pengujian dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak *SPSS* dengan uji *one-sample Kolmogorov-Smirnov*, yang membandingkan distribusi empiris berdasarkan frekuensi kumulatif. Jika nilai signifikan melebihi 0,05, maka distrubusi dianggap normal.

Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Dukungan Sosial, *Self-efficacy*, dan *Culture shock*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		159
Normal Parameters[a,b]	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,91599036
Most Extreme Differences	Absolute	,062
	Positive	,062
	Negative	-,061
Test Statistic		,062
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200[c,d]
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan tabel yang disajikan, uji normalitas menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov*, menghasilkan nilai signifikansi (*Asymp.Sig*) senilai 0,200. Ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 atau $p \geq 0,05$. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan bahwa data residual pada penelitian ini dianggap memiliki distribusi normal.

2. Uji Linearitas

Setelah uji normalitas, uji linearitas dilakukan dapat melihat tingkat signifikan hubungan antara variabel *dependen* dengan *independen*. Uji linearitas dilakukan menggunakan *SPSS*.

Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan *Culture shock*

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Culture Shock * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	33301,592	56	594,671	25,171	,000
		Linearity	29172,297	1	29172,297	1234,798	,000
		Deviation from Linearity	4129,294	55	75,078	3,178	,000
	Within Groups		2409,767	102	23,625		
	Total		35711,358	158			

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,00 atau kurang dari 0,05 sehingga kedua variabel dapat dikatakan linear. Selain itu, nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,00 atau lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan tidak linear. Menurut Widhiarso (2010:5) hasil uji linearitas dapat dilihat dari nilai *Linearity* yaitu apabila nilai signifikansi pada tabel uji linearitas kurang dari 0,05. Walaupun nilai *Deviation from Linearity* tidak linear, maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan linear atau memiliki hubungan. Dari penjelasan tersebut, maka variabel *culture shock* (Y) dan dukungan sosial (X1) dapat dikatakan linear. Selain itu, Priyatno (2014) menyatakan bahwa hubungan taraf yang linear atau tidak *Test for Linearity* pada dua variabel pada taraf signisikansi kurang dari 0,05.

Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas *Self-efficacy* dan *Culture shock*

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Culture Shock * Self-efficacy	Between Groups	(Combined)	32201,147	46	700,025	22,336	,000
		Linearity	28836,378	1	28836,378	920,080	,000
		Deviation from Linearity	3364,769	45	74,773	2,386	,000
	Within Groups		3510,212	112	31,341		
	Total		35711,358	158			

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,00 atau kurang dari 0,05 sehingga kedua variabel dapat dikatakan linear. Selain itu, nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,00 atau lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan tidak linear. Menurut Widhiarso (2010:5) hasil uji linearitas dapat dilihat dari nilai *Linearity* yaitu apabila nilai signifikansi pada tabel uji linearitas kurang dari 0,05. Walaupun nilai *Deviation from Linearity* tidak linear, maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan linear atau memiliki hubungan. Dari penjelasan tersebut, maka variabel *culture shock* (Y) dan *self-efficacy* (X2) dapat dikatakan linear. Selain itu, Priyatno (2014) menyatakan bahwa hubungan taraf yang linear atau tidak *Test for Linearity* pada dua variabel pada taraf signisikansi kurang dari 0,05.

C. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dibutuhkan dengan tujuan untuk membuktikan ada atau tidaknya korelasi antara variabel *independen* dengan variabel *dependen*. Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak *SPSS 26* dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk hipotesis pertama dan kedua, lalu *Multiple*

Correlation digunakan untuk hipotesis ketiga. Hipotesis penelitian dianggap diterima apabila didapatkan nilai p<0,05. Berikut adalah hasil uji hipotesis:

1. Uji Hipotesis Pertama

Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial dan *Culture shock*

Correlations

		Culture Shock	Dukungan Sosial
Culture Shock	Pearson Correlation	1	-,904**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	159	159
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	-,904**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	159	159

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan data dari tabel di atas, nilai signifikansi (*2-tailed*) antara dukungan sosial dan *culture shock* adalah 0,000. Untuk menguji nilai signifikansi hipotesis antara kedua variabel tersebut, nilai p harus kurang dari 0,05. Dalam kasus ini, nilai signifikansi uji hipotesis adalah 0,000 yang menunjukkan bahwa nilainya kurang dari 0,05 yang berarti berkorelasi atas terdapat hubungan yang signifikan. Nilai koefisien korelasi antara dukungan sosial dan *culture shock* adalah -0,904 yang masuk dalam rentang 0,81-0,100 yang menunjukkan korelasi sangat kuat. Tanda minus (-) di depan angka menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan *culture shock* memiliki hubungan yang negatif. Jika semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat *culture shock*. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *culture shock*.

2. Uji Hipotesis Kedua

Tabel 4.12 Hasil Uji Hipotesis *Self-efficacy* dan *Culture shock*

Correlations			
		Culture Shock	Self-efficacy
Culture Shock	Pearson Correlation	1	-,899**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	159	159
Self-efficacy	Pearson Correlation	-,899**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	159	159
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan data dari tabel di atas, nilai signifikansi (*2-tailed*) antara *self-efficacy* dan *culture shock* adalah 0,000. Untuk menguji nilai signifikansi hipotesis antara kedua variabel tersebut, nilai p harus kurang dari 0,05. Dalam kasus ini, nilai signifikansi uji hipotesis adalah 0,000 yang menunjukkan bahwa nilainya kurang dari 0,05 yang artinya berkorelasi atau terdapat hubungan. Nilai koefisien korelasi antara dukungan sosial dan *culture shock* adalah -0,899 yang masuk dalam rentang 0,81-0,100 yang menunjukkan korelasi yang sangat kuat. Tanda minus (-) di depan angka menunjukkan bahwa variabel *self-efficacy* dan *culture shock* memiliki hubungan yang negatif. Jika semakin tinggi tingkat *self-efficacy*, maka semakin rendah tingkat *culture shock*. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-efficacy* maka semakin tinggi tingkat *culture shock*.

3. Uji Hipotesis Ketiga

Tabel 4.13 Uji Hipotesis antara Dukungan Sosial dan *Self-efficacy* dengan *Culture shock*

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,921[a]	,849	,847	5,887	,849	437,201	2	156	,000

a. Predictors: (Constant), Self-efficacy, Dukungan Sosial

Berdasarkan analisis korelasi yang didasarkan pada tabel, didapati nilai signifikansi antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* sebesar 0,000 yang berarti berkorelasi atau terdapat hubungan. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antar variabel tersebut memiliki nilai yang signifikan, karena nilai Sig. F Change<0,05. Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera dapat diterima. Selain itu, koefisien korelasi (R) sebesar 0,921 atau sebesar 92,1% mengindikasikan adanya tingkat hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera.

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dengan *culture shock* berdasarkan nilai koefisiensi korelasi dan signifikansinya pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera. Kedua, terdapat hubungan yang sangat kuat antara *self-efficacy* dengan *culture shock* pada

mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera. Ketiga, terdapat hubungan yang sangat kuat antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah ada hubungan antara dukungan sosial, *self-efficacy*, dan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera. Hipotesis pertama dalam penelitian ini dapat diterima karena nilai koefisien korelasi sebesar -0,904 dan nilai signifikansi (sig. 2 tailed) sebesar 0,000<0,05 yang menunjukkan hubungan yang signifikan dan negatif antara dukungan sosial dan *culture shock* dalam kategori sangat kuat. Jika semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat *culture shock*. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *culture shock*. Hasil kategori pada penelitian ini menunjukkan tingkat dukungan sosial pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera pada kategori sedang sebanyak 88 orang (55,3%)

Penemuan ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Andre dan Huawe (2022) melakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa asal Kalimantan di Salatiga dengan perolehan nilai koefisien korelasi sebesar -0,727 dengan signifikansi 0,000 (p<0,05) yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan *culture shock*. Hasil dari penelitian tersebut berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *culture shock*, begitu pun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *culture shock*. Selain itu, Rizal dan Herawati (2020) juga melakukan penelitian mengenai gegar budaya ditinjau dari dukungan sosial pada pada mahasiswa Thailand Selatan yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan

negatif dan signifikan antara dukungan sosial terhadap gegar budaya (*culture shock*) dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,276 dengan p 0,024 (p<0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *culture shock*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *culture shock*.

Sarafino (2014), menyebutkan bahwa kekuatan dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan dalam memengaruhi dan mencegah tingkat stres. Individu yang menerima dukungan sosial merasa yakin bahwa mereka diberi kasih sayang, dihargai, berharga bagi orang lain, dan merupakan bagian dari kelompok yang membantu mereka saat memerlukan bantuan. Dukungan sosial juga merujuk pada memberikan kenyamanan kepada individu melalui pemberian perhatian, penghargaan, atau bantuan tulus yang diberikan kepada orang tersebut oleh suatu kelompok atau individu lain. Menurut Zimet (dalam Hasibuan, dkk, 2018), dukungan sosial merupakan persepsi individu terhadap tersedianya dukungan sosial dari orang-orang terdekanya, seperti sahabat, keluarga, atau tetangga, ketika ia membutuhkannya. Bantuan ini mencakup aspek perasaan nyaman, perhatian, penghargaan, saran, atau pengetahuan (Amseke, 2018).

Adapun aspek-aspek dukungan sosial meliputi: dukungan emosional yang dinyatakan melalui kepedulian dan kasih sayang, dukungan penghargaan yang diberikan melalui ungkapan penghargaan ataupun terhadap gagasan dan ide, dukungan instrumental dapat berupa bantuan sarana dan prasarana, dukungan informasi dapat berupa pemberian petunjuk atau saran yang memberikan dorongan, dukungan jaringan sosial dapat diperoleh dari kelompok dan individu yang merasakan kesamaan dan kebersamaan (Sarafino, 2014). Dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengurangi dampak negatif dari *culture shock*. Dengan menyediakan bantuan emosional, informasi, instrumental, penghargaan, dan jaringan sosial, akan membantu individu merasa lebih diterima dan mampu beradaptasi dengan lingkungan baru. Oleh karena itu, memperkuat jaringan

sosial dan mencari dukungan dari orang-orang di sekitar dapat sangat membantu dalam menghadapi *culture shock* dan beradaptasi dengan budaya asing (Andre & Huwae, 2022).

Pada penelitian ini, dukungan sosial terhadap *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang memiliki hubungan yang signifikan. Subjek memiliki dukungan sosial dalam kategori sedang yang berarti dukungan yang mereka terima serta berikan untuk dan dari orang lain belum sepenuhnya mereka dapatkan atau terima. Dukungan tersebut dapat berupa kepedulian, ungkapan penghargaan, bantuan sarana dan prasarana, pemberian saran, serta jaringan sosial yang diperoleh dari kelompok atau individu yang merasakan kesamaan serta kebersamaan.

Pada hipotesis kedua penelitian ini diperoleh korelasi koefisien sebesar -0,899 dan nilai signifikansi (sig. 2 tailed) sebesar 0,000<0,05 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *culture shock* yang signifikan dan negatif pada tingkat hubungan dalam kategori sangat kuat. Hipotesis kedua ini dapat diterima dan menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* maka semakin rendah tingkat *culture shock*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-efficacy* maka semakin tinggi tingkat *culture shock*. Hasil kategori pada penelitian ini menunjukkan *self-efficacy* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang berasal dari Pulau Sumatera pada kategori sedang sebanyak 82 orang (51,6%)

Penemuan ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Asmarani (2017) melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan *culture shock* pada mahasiswa alumni non pesantren di ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan perolehan nilai koefisien korelasi sebesar -0,541 dengan signifikansi p 0,000<0,05 yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *culture shock*. Hasil dari penelitian ini berarti bahwa semakin tinggi

self-efficacy maka semakin rendah *culture shock*, begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi *culture shock*. Selain itu, Aningsih (2023) juga melakukan penelitian mengenai hubungan penyesuaian diri dan efikasi diri dengan *culture shock* pada mahasiswa Fakultas Ushuludin dan Dakwah IAIN Kediri yang berasal dari luar Jawa yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self-efficacy* terhadap *culture shock* dengan nilai koefisien korelasi sebesar -2,154 dengan p 0,000 ($p<0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah *culture shock*, begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi *culture shock*.

Menurut Bandura (dalam Mudzkiyyah, 2022), self-efficacy melibatkan keterampilan mengatasi tantangan dalam pekerjaan mereka, optimisme, keteguhan, serta menciptakan rencana untuk mengatasi segala hambatan. Efikasi diri mencerminkan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan langkah-langkah yang diperlukan guna mencapai tujuan yang diinginkan. Bandura memperkenalkan *self-efficacy*, yang merujuk pada keyakinan individu mengenai kemampuannya untuk menyelesaikan pekerjaan serta melakukan aktivitas yang dibutuhkan demi menggapai tujuan. Seseorang yang yakin pada kemampuannya dalam mengatasi permasalahan memiliki potensi lebih besar untuk mencapai kesuksesan dibandingkan dengan individu yang merasa tidak memiliki keyakinan dan kemampuan untuk mengatasi tantangan (Feist & Feist, 2010).

Adapun tiga aspek dari *self-efficacy* yang meliputi: tingkat kesulitan tugas yang dapat dilihat berbeda oleh setiap individu yang dipengaruhi oleh berbagai pengalaman, kekuatan keyakinan terhadap kemampuan untuk mengatasi atau menyelesaikan tugas, dan generalisasi yang terkait dengan kemampuan individu untuk mengaplikasikannya dan memperluas kemampuan serta keyakinannya ketika mereka menghadapi berbagai tugas

dan situasi yang berbeda (Bandura, 2006). Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih berhasil dalam menavigasi lingkungan budaya yang asing karena mereka lebih percaya diri, mampu mengelola stres, termotivasi, dan menggunakan strategi penyelesaian masalah yang efektif. Oleh karena itu, meningkatkan *self-efficacy* dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu individu menghadapi tantangan *culture shock* dengan lebih baik (Asmarani, 2017).

Self-efficacy terhadap *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Univeristas Islam Negeri Walisongo Semarang memiliki hubungan yang signifikan. Subjek memiliki *self-efficacy* dalam kategori sedang yang berarti masih terdapat keraguan dalam diri mereka, walaupun dalam tingkat yang sedang. Kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas dipengaruhi oleh pengalaman yang telah mereka alami, serta mereka tidak cukup percaya diri dalam mengatasi dan menyelesaikan permasalahan.

Hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini ialah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock*. Hasil dari uji korelasi berganda (*multiple correlation*) menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang memiliki hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock*. Pernyataan tersebut diperkuat dengan perolehan nilai koefisien sebesar 0,921 atau sebesar 92,1% dan nilai signifikansi (sig. 2 tailed) sebesar 0,000 atau $p<0,05$ yang menunjukkan bahwa tingkat hubungan yang sangat kuat, sehingga hipotesis ketiga diterima.

Penelitian ini sudah memenuhi tujuannya yaitu membuktikan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada ketiadaan penelitian sebelumnya yang mengeksplorasi variabel dukungan sosial, *self-efficacy*, dan *culture shock*

dalam satu penelitian. Selain itu, tidak ada penelitian dengan subjek dan lokasi penelitian yang sama yaitu mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Secara umum, penelitian ini memiliki kekurangan. Salah satu kelemahannya adalah pengalaman *culture shock* dan persepsi *self-efficacy* serta dukungan sosial dapat berubah seiring waktu. Penelitian ini mungkin hanya memberikan gambaran pada satu titik waktu tertentu. Selain itu, pengukuran dukungan sosial, *self-efficacy*, dan *culture shock* mampu menjadi subjektif dan sulit diukur secara objektif. Hal ini mampu mengarah pada penafsiran yang berbeda-beda terhadap hasil penelitian.

Saran bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mengkaji permasalahan lain yang memengaruhi *culture shock*, seperti dukungan sosial dan *self-efficacy* seperti kemampuan berkomunikasi, penyesuaian diri, sifat personal, kondisi ekonomi, dan iklim, serta dapat melaksanakan penelitian dengan persiapan yang lebih matang.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis yang diajukan oleh peneliti terkait hubungan dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Hasil dari penelitian tersebut dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hipotesis pertama diterima yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000<0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Nilai koefisien korelasi yang didapat sebesar -0,904 yang menunjukkan korelasi yang sangat kuat. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat *culture shock*. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial maka semakin tinggi tingkat *culture shock.*
2. Hipotesis kedua diterima yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000<0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,899 yang menunjukkan korelasi yang sangat kuat. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy*, maka semakin rendah tingkat *culture shock*. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat *self-efficacy* maka semakin tinggi tingkat *culture shock.*
3. Hipotesis ketiga diterima yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri

Walisongo Semarang. Memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000<0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,921 atau 92,1% yang mengindikasikan adanya tingkat korelasi yang sangat kuat antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dengan *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

B. Saran

1. Bagi Subjek

   Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi jawaban dari timbulnya *culture shock* pada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, serta dukungan sosial dan *self-efficacy* yang tinggi dapat meminimalisir seseorang mengalami *culture shock*. Diharapkan kepada mahasiswa tahun pertama dari Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dapat meningkatkan dukungan sosial dengan memperkuat jaringan sosial dan mencari dukungan dari orang-orang di sekitar dapat sangat membantu dalam menghadapi *culture shock* dan beradaptasi dengan budaya asing. Lalu *self-efficacy* pada mahasiswa tahun pertama asal Pulau Sumatera di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang masuk dalam kategori sedang sehingga diharapkan dapat meningkatkan efikasi diri dalam menjalankan aktivitasnya. Individu dengan efikasi diri yang baik akan mampu mengelola stres, termotivasi, serta dapat menemukan strategi yang efektif dalam penyelesaian masalah di perantauan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan peneliti selanjutnya mampu memberikan ide yang lebih luas dalam pembahasan terkait *culture shock* dengan memakai variabel serta faktor lain selain dukungan sosial dan *self-efficacy* seperti kemampuan berkomunikasi, penyesuaian diri, sifat personal, kondisi ekonomi, dan iklim. Serta menambahkan variabel demografis lain

seperti usia atau status sosial ekonomi keluarga. Peneliti selanjutnya dapat memilih subjek lain seperti mahasiswa asal Pulau Kalimantan, asal Pulau Sulawesi, asal Pulau Papua, dan berasal dari luar negeri. Karena keterbatasan waktu, maka peneliti tidak memungkinkan untuk menguji keseluruhan variabel yang berhubungan. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menyempurnakan kekurangan dalam penelitian ini seperti tidak berfokus pada satu pulau saja yang diteliti, serta dapat mempersiapkan teknik pengumpulan data dengan lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Aguilera, A., & Guerrero, M. (2016). A Brief Description of Culture Shock Among Latin American Nationals in South Korea. *현대사회와다문화*, *6*(1), 120-136.

Agung, I. M. (2016). *Aplikasi SPSS Untuk Penelitian Psikologi.* Al-Mujtahadah.

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi revisi*. PT UMM Press.

Amseke, F. V. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, *1*(1), 65-81. https://ejournal.upg45ntt.ac.id/ciencias/article/view/17

Andre, W., & Huwae, A. (2022). Dukungan Sosial dan Culture Shock pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan di Salatiga. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, *2*(4), 1249-1258. https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i4.4311

Asmarani, F. (2017). *Hubungan antara efikasi diri dengan culture shock pada mahasiswa alumni non pesantren di Ma'had Sunan Ampel Al-Aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas.* Pustaka Belajar.

Bandura, A. (2006). *Self-efficacy beliefs of adolescents*. Information Age Publishing

Chafsoh, A. M. (2020). Munculnya *culture shock* pada mahasiswa baru dalam perkuliahan daring selama pandemi COVID-19. *Jurnal Sejarah Artikel*, *1*(1), 1-11. https://doi.org/10.31234/osf.io/tmpn6

Ellis, J. (2008). Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang. *Edisi Keenam Jilid, 2 Edisi Terjemahan*. Erlangga.

Fadhillah, A., Taqwaddin, & Anisah, N. (2017). Adaptasi Mahasiswa Pattani di Banda Aceh dalam Upaya Menghadapi Culture Shock (Studi pada Komunikasi Antar Budaya). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik*, *2*(1), 120-133. https://jim.usk.ac.id/FISIP/article/view/2379/1172

Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian buku 2 edisi 7.* Salemba Humanika.

Goldstein, S. B., & Keller, S. R. (2015). US college students' lay theories of culture shock. *International Journal of Intercultural Relations*, *47*, 187-194. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2015.05.010

Handayani, P. G., & Yuca, V. (2018). Fenomena *culture shock* pada mahasiswa perantauan tingkat 1 Universitas Negeri Padang. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *6*(3), 198-204. https://doi.org/10.29210.129000

Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *3*(1), 101-116. https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214

Haslami, F. (2020). Pentingnya Pendidikan Multikultural Sebagai Upaya Pencegahan *Culture shock*. *Jurnal Sipatokkong Bpsdm Sulsel*, *1*(4), 314-

318. https://www.ojs.bpsdmsulsel.id/index.php/sipatokkong/article/view/73

Istanto, T. L., & Engry, A. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan homesickness pada mahasiswa rantau yang berasal dari luar pulau Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, *7*(1), 19-30. https://doi.org/10.33508/exp.v7i1.2120

Kelegun, V. A. P., & Kusumiati, R. Y. (2023). Culture Shock Mahasiswa Papua di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *JISOS: Jurnal Ilmu Sosial*, *2*(4), 1615-1632. https://doi.org/10.31219/osf.io/mfzuj

Komarudin, K., Bukhori, B., Karim, A., Haqqi, M. F. H., & Yulikhah, S. (2022). Examining social support, spirituality, gratitude, and their assosiaciations with happiness through self-acceptance. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *7*(2), 263-278. https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.13371

Kusrieni, D. (2014). Hubungan efikasi diri dengan perilaku menyontek. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *3*(2), 86. https://journal.uad.ac.id/imdex.php/PSIKOPEDAGOGIA/article/view/4469

Mayes, L., & Lewis, M. (2012). *The Cambridge handbook of environment in human development*. Cambridge University Press.

Mitasari, Z., & Istikomayanti, Y. (2017). Studi pola penyesuaian diri mahasiswa luar Jawa di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. *Research Report*, 796-803.

Mitasari, Z., & Istikomayanti, Y. (2018). Hubungan antara culture shock dengan hasil belajar mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, *4*(2), 105-113. https://ojs.unm.ac.id/JPPK/article/view/4316/5038

Mubarok, M. R. (2020). *Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Bani Yusuf Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Mudzkiyyah, L., Wahib, A., & Bulut, S. (2022). Well-being among boarding school students: Academic self-efficacy and peer attachment as predictors. *Psikohumaniora*, *7*(1), 27-38. https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10374

Myers, D. G. (2012). *Psikologi sosial.* Salemba Humanika.

Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical anthropology*, (4), 177-182. https://doi.org/10.1177/009182966000700405

Priyatno, D. (2009). *Mandiri Belajar SPSS.* Mediakom.

Priyatno, D. (2010). *Paham Analisa Statistik dengan SPSS.* MediaKom.

Rahma, D. J. (2018). *Culture Shock pada Mahasiswa Papua di Yogyakarta Ditinjau dari Dukungan Sosial* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta).

Rizal, I., & Herawati, I. (2020). Gegar Budaya Ditinjau dari Dukungan Sosial pada Mahasiswa Thailand Selatan (Patani). *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, *5*(1), 89-100. https://doi.org/10.33367/psi.v5i1.1081

Rizvi, A., Prawitasari, J. E., & Soetjipto, H. P. (1997). Pusat kendali dan efikasi-diri sebagai prediktor terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, *2*(3), 51-66. https://doi.org/10.20885/psikologika.vol2.iss3.art6

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.

Sari, L. P., & Rusli, D. (2019). Pengaruh Culture Shock Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau. *Jurnal Psikologi*, (4). https://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2019i4.7972

Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-mishbah : pesan, kesan, dan keserasian Al Qur'an* (1st ed.). Lentera Hati.

Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-mishbah : pesan, kesan, dan keserasian Al Qur'an* (3rd ed.). Lentera Hati.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, CV.

Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The psychology culture shock*. Routledge. 2nd Edition. USA: Taylor & Francis, Inc.

Widhiarso, W. (2010). Catatan Pada Uji Linearitas Hubungan.

LAMPIRAN

Lampiran 1: Skala Uji Coba

1) Skala *culture shock*

No	Item	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Saya merasa khawatir apabila bepergian sendiri saat di lingkungan baru				
2	Saya terbuka untuk berteman dengan siapa saja				
3	Saya menikmati suasana yang baru di sekitar saya				
4	Saya ragu dapat berkomunikasi dengan orang baru				
5	Saya terlalu berpikir berlebihan saat berada di lingkungan baru				
6	Saya mencoba untuk belajar bahasa baru				
7	Saya merindukan orang tua di rumah saat berada di kost				
8	Saya sulit memahami bahasa di lingkungan kost ataupun kampus				
9	Saya sudah terbiasa jauh dari orang tua				
10	Saya senang mengikuti kegiatan yang ada di lingkungan kampus atau kost				
11	Saya kesepian karena jauh dari teman di rumah				
12	Saya menganggap aneh budaya di lingkungan kampus atau kost				
13	Saya kerap kali merindukan rumah saat berada di kost				
14	Saya senang untuk belajar budaya baru				
15	Saya berharap dapat cepat pulang ke rumah				

16	Saya enggan mengikuti norma atau aturan yang berlaku				
17	Saya terbiasa jauh dari rumah				
18	Saya berani memulai obrolan dengan orang asing				
19	Saya kerap kali sulit tidur (insomnia)				
20	Saya lebih suka menghabiskan waktu sendirian di kost				
21	Saya dapat tidur dengan nyenyak				
22	Saya memiliki banyak teman di lingkungan kost dan kampus				
23	Saya mengantuk di pagi hari karena kurang tidur				
24	Saya hanya berinteraksi dengan orang yang berasal dari daerah saya				
25	Saya tidur pada waktu yang tepat				
26	Makanan di sekitar kost cocok dengan selera saya				
27	Berat badan saya menurun drastis semenjak tinggal di kost				
28	Saya lebih menikmati masakan di rumah				
29	Saya makan tepat waktu				

2) Skala dukungan sosial

No	**Item**	**Pilihan Jawaban**			
		STS	**TS**	**S**	**SS**
1	Ketika mengalami kesulitan, orang-orang sekitar peduli terhadap saya				
2	Pendapat saya tidak didengarkan saat kerja kelompok				
3	Orang lain abai atas apa yang saya alami				

4	Mengerjakan tugas secara berkelompok membuat saya merasa tidak kesepian				
5	Bila saya sakit, teman teman perhatian kepada saya				
6	Saya sungkan untuk menyapa orang lebih dulu				
7	Saya memberi salam ketika bertemu dengan orang-orang				
8	Orang-orang memuji saya atas apa yang saya mampu lakukan				
9	Saya enggan mendengarkan nasihat yang diberikan teman-teman				
10	Keahlian yang saya miliki diabaikan oleh orang-orang				
11	Teman saya kerap kali memberikan arahan apabila saya hendak melakukan sesuatu				
12	Saya diberi kesempatan berbicara saat sedang berdiskusi				
13	Orang-orang cenderung enggan merespons pertanyaan saya				
14	Bila saya kehabisan uang, teman-teman saya mau membantu				
15	Saya melakukan apa pun sendirian				
16	Hanya saya yang bisa menolong diri sendiri				
17	Teman-teman membantu saya dalam menghadapi permasalahan				
18	Selama kuliah, saya menghabiskan waktu sendirian				
19	Saya bertukar cerita dengan teman saya tentang kegiatan saya sehari-hari				
20	Pendapat saya kerap diabaikan				

21	Orang-orang menghargai setiap pendapat saya				
22	Teman saya mengingatkan saya apabila saya hendak berbuat salah				
23	Saya diremehkan oleh orang-orang				
24	Teman-teman saya hanya diam apabila saya berbuat salah				
25	Orang-orang memuji hasil kerja saya				
26	Saya kerap kali berbincang dengan pemilik kost				
27	Teman-teman saya menghilang saat saya membutuhkan				
28	Saya merasakan kehangatan dalam organisasi kampus				
29	Organisasi yang saya ikuti tidak semenyenangkan yang saya kira				
30	Saya senang ketika orang lain mau menerima kekurangan saya				

3) Skala *self-efficacy*

No	**Item**	**Pilihan Jawaban**			
		STS	**TS**	**S**	**SS**
1	Saya mampu menemukan solusi meskipun kendala yang saya alami rumit				
2	Saya melihat kegagalan sebagai tanda bahwa saya tidak akan berhasil				
3	Saya kewalahan ketika dihadapkan dengan pekerjaan yang rumit				
4	Saya melihat setiap masalah sebagai suatu pembelajaran				

5	Meskipun saya kesulitan dalam berbahasa, saya yakin dapat berinteraksi dengan orang sekitar				
6	Saya ragu dengan kemampuan yang saya miliki				
7	Kemampuan bersosialisasi saya buruk				
8	Saya dapat menyakinkan diri saya saat ada masalah				
9	Saya selalu mencari sisi baik saat dihadapkan dengan permasalahan				
10	Saya menghindari permasalahan yang rumit karena merasa tidak mampu untuk menyelesaikannya				
11	Saya cenderung hanya fokus pada aspek negatif saat menghadapi permasalahan				
12	Saya yakin terhadap segala sesuatu yang saya kerjakan				
13	Saya lebih sering mencoba metode baru dibanding mengandalkan pengalaman masa lalu saya				
14	Saya takut menjalankan aktivitas di lingkungan baru				
15	Saya pasrah apabila tidak menemukan jalan keluar dari permasalahan				
16	Saya yakin dapat melewati segala permasalahan, karena saya pernah mengalaminya				
17	Saya menunjukkan antusiasme saat menghadapi tantangan				
18	Saya tidak menyerah dalam menghadapi permasalahan				
19	Saya ragu pengalaman yang saya miliki dapat membantu saya				

20	Dengan pengalaman yang saya punya, saya berani untuk merantau				
21	Saya hanya melakukan apa yang saya mampu lakukan				
22	Saya pantang menyerah dalam mencari solusi untuk setiap permasalahan				
23	Banyak hambatan selama saya kuliah, namun saya mampu untuk mengatasinya				
24	Saya selalu meminta bantuan teman dalam hal apa pun				

Lampiran 2: Skala Penelitian

1) Skala *Culture shock*

No	**Item**	**Pilihan Jawaban**			
		STS	**TS**	**S**	**SS**
1	Saya merasa khawatir apabila bepergian sendiri saat di lingkungan baru				
2	Saya terbuka untuk berteman dengan siapa saja				
3	Saya menikmati suasana yang baru di sekitar saya				
4	Saya ragu dapat berkomunikasi dengan orang baru				
5	Saya terlalu berpikir berlebihan saat berada di lingkungan baru				
6	Saya mencoba untuk belajar bahasa baru				
7	Saya merindukan orang tua di rumah saat berada di kost				
8	Saya sudah terbiasa jauh dari orang tua				
9	Saya kesepian karena jauh dari teman di rumah				

10	Saya menganggap aneh budaya di lingkungan kampus atau kost				
11	Saya senang untuk belajar budaya baru				
12	Saya enggan mengikuti norma atau aturan yang berlaku				
13	Saya terbiasa jauh dari rumah				
14	Saya berani memulai obrolan dengan orang asing				
15	Saya kerap kali sulit tidur (insomnia)				
16	Saya lebih suka menghabiskan waktu sendirian di kost				
17	Saya dapat tidur dengan nyenyak				
18	Saya memiliki banyak teman di lingkungan kost dan kampus				
19	Saya mengantuk di pagi hari karena kurang tidur				
20	Saya hanya berinteraksi dengan orang yang berasal dari daerah saya				
21	Saya tidur pada waktu yang tepat				
22	Makanan di sekitar kost cocok dengan selera saya				
23	Berat badan saya menurun drastis semenjak tinggal di kost				
24	Saya lebih menikmati masakan di rumah				
25	Saya makan tepat waktu				

2) Skala Dukungan Sosial

No	**Item**	**Pilihan Jawaban**			
		STS	**TS**	**S**	**SS**
1	Ketika mengalami kesulitan, orang-orang sekitar peduli terhadap saya				

2	Pendapat saya tidak didengarkan saat kerja kelompok				
3	Orang lain abai atas apa yang saya alami				
4	Mengerjakan tugas secara berkelompok membuat saya merasa tidak kesepian				
5	Bila saya sakit, teman teman perhatian kepada saya				
6	Saya sungkan untuk menyapa orang lebih dulu				
7	Orang-orang memuji saya atas apa yang saya mampu lakukan				
8	Saya enggan mendengarkan nasihat yang diberikan teman-teman				
9	Keahlian yang saya miliki diabaikan oleh orang-orang				
10	Teman saya kerap kali memberikan arahan apabila saya hendak melakukan sesuatu				
11	Saya diberi kesempatan berbicara saat sedang berdiskusi				
12	Orang-orang cenderung enggan merespons pertanyaan saya				
13	Bila saya kehabisan uang, teman-teman saya mau membantu				
14	Saya melakukan apa pun sendirian				
15	Teman-teman membantu saya dalam menghadapi permasalahan				
16	Selama kuliah, saya menghabiskan waktu sendirian				
17	Saya bertukar cerita dengan teman saya tentang kegiatan saya sehari-hari				
18	Pendapat saya kerap diabaikan				

19	Orang-orang menghargai setiap pendapat saya				
20	Teman saya mengingatkan saya apabila saya hendak berbuat salah				
21	Saya diremehkan oleh orang-orang				
22	Teman-teman saya hanya diam apabila saya berbuat salah				
23	Orang-orang memuji hasil kerja saya				
24	Saya kerap kali berbincang dengan pemilik kost				
25	Teman-teman saya menghilang saat saya membutuhkan				
26	Saya merasakan kehangatan dalam organisasi kampus				
27	Organisasi yang saya ikuti tidak semenyenangkan yang saya kira				

3) Skala *Self-efficacy*

No	**Item**	**Pilihan Jawaban**			
		STS	**TS**	**S**	**SS**
1	Saya mampu menemukan solusi meskipun kendala yang saya alami rumit				
2	Saya melihat kegagalan sebagai tanda bahwa saya tidak akan berhasil				
3	Saya kewalahan ketika dihadapkan dengan pekerjaan yang rumit				
4	Saya melihat setiap masalah sebagai suatu pembelajaran				
5	Meskipun saya kesulitan dalam berbahasa, saya yakin dapat berinteraksi dengan orang sekitar				

6	Saya ragu dengan kemampuan yang saya miliki				
7	Kemampuan bersosialisasi saya buruk				
8	Saya dapat menyakinkan diri saya saat ada masalah				
9	Saya selalu mencari sisi baik saat dihadapkan dengan permasalahan				
10	Saya menghindari permasalahan yang rumit karena merasa tidak mampu untuk menyelesaikannya				
11	Saya cenderung hanya fokus pada aspek negatif saat menghadapi permasalahan				
12	Saya yakin terhadap segala sesuatu yang saya kerjakan				
13	Saya takut menjalankan aktivitas di lingkungan baru				
14	Saya pasrah apabila tidak menemukan jalan keluar dari permasalahan				
15	Saya yakin dapat melewati segala permasalahan, karena saya pernah mengalaminya				
16	Saya menunjukkan antusiasme saat menghadapi tantangan				
17	Saya tidak menyerah dalam menghadapi permasalahan				
18	Saya ragu pengalaman yang saya miliki dapat membantu saya				
19	Dengan pengalaman yang saya punya, saya berani untuk merantau				
20	Saya hanya melakukan apa yang saya mampu lakukan				
21	Saya pantang menyerah dalam mencari solusi untuk setiap permasalahan				

Lampiran 3: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Skala *Culture shock*

Hasil Validitas dan Reliabilitas Sebelum Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,904	29

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	72,4333	127,564	,523	,900
VAR00002	72,9667	122,378	,705	,896
VAR00003	72,8667	127,775	,646	,898
VAR00004	72,7000	127,872	,582	,899
VAR00005	72,5000	129,293	,593	,899
VAR00006	72,9000	132,576	,556	,901
VAR00007	71,3000	133,734	,400	,902
VAR00008	**72,4667**	**133,982**	**,286**	**,904**
VAR00009	72,4000	128,800	,439	,902
VAR00010	**72,2000**	**148,097**	**-,524**	**,918**
VAR00011	72,6333	128,930	,544	,900
VAR00012	72,8000	129,752	,440	,902
VAR00013	**71,8000**	**131,131**	**-,347**	**,904**
VAR00014	72,9333	124,892	,724	,896
VAR00015	**71,7333**	**133,306**	**,299**	**,904**
VAR00016	73,1667	124,626	,584	,899
VAR00017	72,4667	128,051	,496	,901
VAR00018	72,6000	132,179	,408	,902
VAR00019	72,1000	129,059	,541	,900
VAR00020	72,2000	130,786	,365	,903
VAR00021	72,2667	129,168	,593	,899
VAR00022	72,7667	130,254	,492	,901
VAR00023	71,9667	126,516	,582	,899
VAR00024	73,1667	126,282	,640	,898
VAR00025	72,2333	131,220	,570	,900
VAR00026	72,4667	131,016	,414	,902

VAR00027	72,7000	126,562	,659	,898
VAR00028	71,3000	132,562	,441	,902
VAR00029	71,9667	131,344	,514	,901

Keterangan: item dalam huruf tebal adalah item gugur

Hasil Validitas Dan Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,919	25

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	60,6333	119,137	,518	,917
VAR00002	61,1667	113,385	,738	,912
VAR00003	61,0667	118,340	,706	,914
VAR00004	60,9000	119,266	,588	,915
VAR00005	60,7000	121,390	,548	,916
VAR00006	61,1000	123,403	,605	,916
VAR00007	59,5000	125,569	,354	,919
VAR00009	60,6000	119,903	,457	,918
VAR00011	60,8333	120,075	,563	,916
VAR00012	61,0000	120,483	,479	,918
VAR00014	61,1333	115,430	,786	,912
VAR00016	61,3667	116,033	,593	,916
VAR00017	60,6667	118,782	,536	,917
VAR00018	60,8000	122,993	,444	,918
VAR00019	60,3000	121,252	,495	,917
VAR00020	60,4000	121,903	,378	,920
VAR00021	60,4667	120,740	,584	,916
VAR00022	60,9667	120,792	,548	,916
VAR00023	60,1667	118,489	,558	,916
VAR00024	61,3667	117,137	,679	,914
VAR00025	60,4333	123,220	,519	,917
VAR00026	60,6667	122,920	,382	,919
VAR00027	60,9000	118,576	,629	,915

VAR00028	59,5000	125,086	,349	,919
VAR00029	60,1667	123,178	,479	,917

Skala Dukungan Sosial

Hasil Validitas dan Reliabilitas Sebelum Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,951	30

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	79,9000	200,852	,736	,949
VAR00002	80,0000	201,310	,670	,949
VAR00003	79,9667	200,171	,739	,949
VAR00004	80,1000	199,955	,634	,950
VAR00005	79,8333	203,109	,656	,949
VAR00006	80,1000	205,679	,472	,951
VAR00007	**79,2000**	**218,717**	**-,184**	**,955**
VAR00008	80,1000	199,197	,748	,949
VAR00009	79,5667	202,668	,642	,950
VAR00010	80,0667	197,168	,854	,948
VAR00011	80,0667	204,892	,614	,950
VAR00012	79,8333	197,523	,787	,948
VAR00013	79,8333	205,799	,471	,951
VAR00014	79,9000	200,576	,589	,950
VAR00015	80,3667	202,999	,606	,950
VAR00016	**80,9333**	**211,030**	**,231**	**,953**
VAR00017	79,7667	201,151	,755	,949
VAR00018	80,1000	199,541	,652	,949
VAR00019	80,0000	198,000	,670	,949
VAR00020	79,9667	195,620	,815	,948
VAR00021	79,9333	196,754	,820	,948
VAR00022	79,9667	198,585	,819	,948
VAR00023	80,0333	196,378	,804	,948

VAR00024	79,9333	199,651	,843	,948
VAR00025	80,1333	197,982	,755	,948
VAR00026	79,9667	205,551	,372	,952
VAR00027	79,9667	200,654	,669	,949
VAR00028	80,5000	204,259	,404	,952
VAR00029	80,3000	201,528	,561	,950
VAR00030	**78,9333**	**215,995**	**-,020**	**,953**

*Keterangan: item dalam huruf tebal adalah item gugur

Hasil Validitas dan Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,959	27

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	70,7667	198,875	,741	,957
VAR00002	70,8667	199,430	,670	,957
VAR00003	70,8333	198,351	,736	,957
VAR00004	70,9667	197,689	,651	,957
VAR00005	70,7000	200,976	,669	,957
VAR00006	70,9667	203,689	,476	,959
VAR00008	70,9667	197,344	,747	,957
VAR00009	70,4333	200,806	,640	,957
VAR00010	70,9333	195,168	,861	,956
VAR00011	70,9333	203,168	,604	,958
VAR00012	70,7000	195,734	,783	,956
VAR00013	70,7000	203,734	,479	,959
VAR00014	70,7667	198,530	,596	,958
VAR00015	71,2333	201,082	,607	,958
VAR00017	70,6333	199,551	,740	,957
VAR00018	70,9667	197,344	,666	,957
VAR00019	70,8667	196,395	,659	,957
VAR00020	70,8333	193,868	,810	,956

VAR00021	70,8000	195,062	,812	,956
VAR00022	70,8333	196,557	,827	,956
VAR00023	70,9000	194,852	,789	,956
VAR00024	70,8000	197,959	,833	,956
VAR00025	71,0000	195,793	,769	,956
VAR00026	70,8333	203,385	,382	,960
VAR00027	70,8333	198,626	,676	,957
VAR00028	71,3667	202,033	,416	,960
VAR00029	71,1667	199,730	,557	,958

Skala *Self-efficacy*

Hasil Validitas dan Reliabilitas Sebelum Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,919	24

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	61,7333	106,823	,690	,914
VAR00002	61,3333	102,713	,765	,912
VAR00003	62,4000	106,869	,616	,915
VAR00004	61,1667	104,075	,739	,912
VAR00005	61,4667	103,223	,770	,912
VAR00006	61,8333	101,592	,749	,912
VAR00007	61,9000	103,334	,752	,912
VAR00008	61,5000	101,914	,791	,911
VAR00009	61,2667	105,237	,753	,912
VAR00010	62,4000	108,593	,461	,918
VAR00011	61,4000	104,938	,753	,912
VAR00012	61,6000	107,766	,570	,916
VAR00013	**61,8667**	**118,671**	**-,186**	**,927**
VAR00014	61,8333	101,178	,809	,910
VAR00015	61,7333	105,513	,730	,913
VAR00016	61,5667	102,737	,790	,911

VAR00017	62,3333	104,920	,630	,914
VAR00018	61,4000	103,628	,847	,911
VAR00019	61,8333	106,006	,725	,913
VAR00020	61,3000	108,148	,611	,915
VAR00021	62,3667	108,516	,452	,918
VAR00022	61,6333	106,861	,737	,913
VAR00023	**62,4333**	**127,013**	**-,818**	**,934**
VAR00024	**61,6667**	**127,264**	**-,570**	**,938**

*Keterangan: item dalam tabel merah adalah item gugur

Hasil Validitas dan Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,958	21

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	54,4000	129,697	,719	,956
VAR00002	54,0000	125,793	,753	,955
VAR00003	55,0667	129,926	,631	,957
VAR00004	53,8333	126,902	,750	,955
VAR00005	54,1333	125,982	,779	,955
VAR00006	54,5000	124,052	,764	,955
VAR00007	54,5667	126,323	,749	,955
VAR00008	54,1667	124,557	,798	,955
VAR00009	53,9333	128,271	,759	,955
VAR00010	55,0667	131,857	,475	,959
VAR00011	54,0667	127,926	,759	,955
VAR00012	54,2667	130,961	,583	,957
VAR00014	54,5000	123,914	,807	,955
VAR00015	54,4000	128,938	,712	,956
VAR00016	54,2333	125,220	,812	,955
VAR00017	55,0000	127,517	,658	,957
VAR00018	54,0667	126,616	,844	,954

VAR00019	54,5000	129,293	,719	,956
VAR00020	53,9667	131,689	,603	,957
VAR00021	55,0333	131,689	,471	,959
VAR00022	54,3000	130,079	,742	,956

Lampiran 4: Skor Responden

N	Y	X1	X2	N40	62	61	45	N80	88	42	32	N120	63	62	53
N1	60	59	49	N41	83	41	25	N81	69	71	54	N121	56	79	46
N2	52	84	62	N42	89	42	33	N82	51	82	62	N122	66	81	54
N3	62	53	37	N43	86	42	30	N83	71	76	55	N123	66	77	57
N4	44	85	69	N44	83	45	30	N84	54	75	58	N124	58	73	45
N5	41	98	73	N45	87	41	29	N85	59	75	52	N125	69	59	39
N6	48	86	75	N46	82	39	31	N86	49	81	63	N126	57	55	54
N7	44	92	69	N47	84	42	31	N87	58	63	60	N127	66	73	58
N8	47	80	65	N48	87	45	32	N88	88	44	34	N128	78	58	47
N9	46	87	70	N49	84	38	32	N89	88	43	32	N129	63	76	73
N10	63	80	65	N50	85	47	30	N90	83	47	32	N130	54	70	51
N11	62	94	64	N51	61	72	55	N91	54	77	62	N131	86	44	30
N12	67	81	50	N52	61	67	55	N92	61	68	53	N132	87	43	30
N13	46	106	81	N53	58	68	53	N93	61	79	74	N133	85	44	30
N14	53	83	73	N54	85	46	31	N94	67	82	61	N134	83	44	28
N15	72	50	44	N55	83	39	33	N95	69	65	57	N135	84	44	33
N16	52	88	66	N56	89	38	29	N96	84	44	32	N136	83	44	26
N17	49	85	66	N57	87	36	33	N97	88	44	34	N137	87	44	39
N18	43	88	63	N58	84	42	34	N98	87	38	31	N138	39	93	74
N19	63	59	63	N59	87	43	29	N99	69	56	51	N139	56	62	46
N20	51	75	64	N60	88	45	30	N100	65	64	65	N140	83	39	30
N21	59	98	69	N61	87	40	30	N101	65	57	57	N141	54	78	50
N22	44	87	77	N62	85	43	35	N102	68	73	40	N142	88	42	34
N23	66	63	46	N63	85	43	28	N103	55	65	51	N143	56	72	54
N24	53	94	69	N64	85	39	31	N104	59	59	47	N144	83	42	36
N25	74	70	51	N65	89	42	31	N105	63	74	61	N145	69	63	50
N26	62	94	72	N66	85	45	34	N106	64	70	49	N146	85	43	35
N27	63	68	53	N67	85	39	33	N107	59	66	50	N147	60	69	47
N28	71	65	44	N68	88	40	29	N108	70	65	44	N148	87	47	31
N29	60	74	59	N69	86	43	30	N109	59	63	52	N149	58	68	53
N30	67	59	48	N70	85	39	31	N110	51	69	52	N150	86	39	35
N31	39	90	71	N71	88	39	31	N111	53	70	49	N151	61	64	47
N32	47	95	71	N72	84	48	32	N112	63	61	59	N152	81	42	30
N33	44	99	80	N73	87	46	31	N113	85	45	32	N153	53	63	54
N34	66	65	52	N74	56	87	61	N114	84	41	36	N154	88	37	30
N35	68	62	55	N75	34	90	78	N115	87	43	29	N155	60	58	46
N36	64	70	54	N76	85	47	31	N116	85	40	31	N156	84	40	28
N37	63	54	62	N77	87	44	28	N117	83	43	33	N157	82	38	31
N38	62	57	55	N78	86	41	34	N118	60	68	48	N158	86	41	30
N39	70	63	57	N79	90	45	30	N119	55	77	54	N159	90	39	32

Lampiran 5: Tabulasi Data

1) Skala *culture shock*

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3
2	4	2	2	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3
3	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2
4	2	1	2	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2
5	2	1	1	2	2	1	4	2	1	2	3	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	3	1
6	3	1	1	1	3	1	4	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	2	1	1	2	4	3	4	2
7	2	1	1	1	1	1	3	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
8	2	2	2	1	2	1	4	1	2	1	1	1	1	1	2	4	1	1	1	1	3	3	2	4	3
9	2	2	2	1	1	2	4	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2
10	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2
11	2	2	2	2	3	1	4	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	4	3
12	2	2	4	2	2	1	4	1	2	2	2	2	1	4	4	4	2	1	4	2	4	3	4	4	4
13	2	1	1	2	2	1	4	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	4	1
14	1	1	1	1	1	1	4	1	2	4	1	1	2	2	4	3	3	2	2	1	3	4	1	4	3
15	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	4	3	2	4	1	2
16	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	4	2	3	3	2	2	2	2	2
17	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
18	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
19	4	2	1	3	3	4	3	1	1	4	1	4	1	1	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	3
20	2	2	1	3	2	1	4	2	3	1	1	1	2	2	4	1	3	2	3	1	3	2	1	3	1
21	3	1	2	3	4	1	4	4	4	2	1	1	4	3	4	1	1	2	1	1	3	2	1	4	2
22	2	1	1	2	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	3	2	3	1	3	1	3	2	1	3	2
23	4	2	3	4	4	1	4	4	3	3	2	1	4	2	3	4	1	4	1	2	3	2	2	2	1
24	3	4	3	2	3	1	4	3	2	1	1	1	3	2	1	1	1	1	3	4	2	2	1	3	1
25	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3
26	4	3	2	4	4	1	4	1	3	1	1	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	4	3
27	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2
28	2	4	3	4	4	3	3	3	2	2	4	1	4	4	1	1	3	2	3	2	4	4	1	4	3

29	1	3	4	1	2	4	1	2	3	3	4	3	2	3	1	1	2	4	3	3	2	4	1	1	2
30	2	4	3	3	3	4	2	2	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2
31	2	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	4	1	1	4	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1
32	3	1	1	2	2	1	4	1	2	2	1	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	4	2
33	2	1	1	4	2	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	4	2
34	1	4	3	2	2	3	1	4	2	2	1	1	4	1	2	3	3	2	4	4	4	4	4	3	2
35	3	3	2	4	2	4	4	4	3	2	4	2	3	1	4	2	1	2	3	3	4	1	1	4	2
36	1	1	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	1	4	4	1	1	4	3	1	2	3	4
37	3	4	4	1	2	1	3	2	2	1	3	3	4	4	1	1	3	4	1	2	2	3	2	4	3
38	4	1	2	1	2	2	1	4	1	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	1	2	4	2	2	2
39	1	4	3	4	2	2	2	1	2	4	4	3	3	4	4	4	3	1	4	4	2	3	3	2	1
40	1	4	3	3	2	3	1	2	3	4	2	1	2	2	1	3	3	4	4	4	2	2	3	1	2
41	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	1	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4
42	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
43	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	1	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4
44	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	1	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3
45	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4
46	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	1	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4
47	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4
48	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4
49	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	1	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4
50	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3
51	3	1	2	3	2	2	4	3	1	3	2	1	1	1	4	4	3	2	3	1	4	1	2	4	4
52	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2
53	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4
54	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3
55	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	1	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4

56	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	1	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
57	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4
58	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4
59	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4
60	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4
61	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4
62	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3
63	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4
64	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3
65	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3
66	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4
67	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3
68	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4
69	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4
70	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3
71	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4
72	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	1	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3
73	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4
74	2	1	2	1	2	2	4	3	2	2	2	1	3	1	4	2	2	1	3	1	3	3	2	4	3
75	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4
76	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	1	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3
77	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4
78	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3
79	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	1	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4
80	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3
81	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	1	4	1	2	2	2	3	3	1	2	4	4	1
82	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	3

83	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	2	3	4
84	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	4	3
85	3	2	2	2	4	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3
86	3	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2
87	3	1	1	4	2	1	1	1	4	1	3	3	4	3	4	1	4	2	4	1	2	1	4	1	2
88	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4
89	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
90	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	1	4	4	4	3	4	3	4	4	1	3	3	4	3
91	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
92	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3
93	1	2	2	1	2	2	4	4	3	3	2	2	4	1	2	2	2	3	2	1	2	4	2	4	4
94	4	2	2	2	3	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	2	3	3	2	4	3
95	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4
96	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3
97	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4
98	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4
99	3	3	2	4	2	2	4	3	3	1	3	1	2	4	3	3	2	2	2	4	4	1	4	4	3
100	2	1	4	4	3	1	4	1	2	3	3	3	2	1	4	2	4	4	3	3	1	1	3	3	3
101	3	4	3	1	3	4	1	4	4	1	2	2	4	1	3	2	2	2	4	4	3	1	1	3	3
102	1	4	2	3	1	2	4	1	4	3	3	4	4	4	1	3	2	1	2	4	2	4	3	3	3
103	1	2	1	4	2	3	3	4	3	2	2	1	1	3	2	1	3	2	4	2	1	2	1	1	4
104	3	2	1	4	1	1	4	4	4	2	2	1	2	2	1	3	1	2	2	2	2	3	3	3	4
105	4	1	2	3	2	4	3	2	2	4	4	4	4	3	3	1	1	3	1	2	3	1	3	2	1

106	1	1	4	2	2	3	4	3	3	3	4	4	1	1	3	2	3	4	3	2	2	1	3	1	4
107	4	3	3	1	1	3	1	2	3	1	4	1	2	1	1	1	4	3	3	4	2	2	1	4	4
108	4	4	1	3	3	1	1	3	1	4	4	4	4	2	4	1	1	3	4	2	3	3	3	3	4
109	4	3	2	1	3	4	2	2	4	1	4	2	1	4	3	1	2	1	3	4	1	1	1	3	2
110	1	2	1	1	4	1	3	3	3	1	1	3	1	2	4	2	4	3	2	2	1	1	1	2	2
111	2	1	1	4	2	1	4	1	1	1	3	1	1	3	1	3	1	4	4	1	3	4	2	3	1
112	1	3	4	1	1	1	3	3	3	1	4	3	3	4	1	4	2	4	3	3	2	4	1	2	2
113	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4
114	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	1	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3
115	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3
116	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	1	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4
117	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4
118	3	3	4	1	2	2	3	3	3	3	1	1	2	2	3	4	1	1	3	1	4	2	4	2	2
119	4	2	3	3	2	3	1	1	3	3	3	2	2	1	4	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2
120	4	3	1	3	1	2	1	3	3	2	1	4	2	1	4	3	3	2	1	3	1	4	4	4	3
121	1	3	1	3	3	3	2	2	4	1	4	3	1	2	4	1	3	1	2	3	1	3	3	1	1
122	1	4	1	2	1	4	4	2	3	4	2	1	3	1	4	2	1	1	4	1	4	4	4	4	4
123	2	1	2	2	2	2	4	1	1	4	4	2	1	4	1	4	4	3	3	4	3	3	2	4	3

124	1	1	4	4	2	4	3	4	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	3	1	2	3	4	1	3
125	4	1	4	4	1	4	4	2	4	2	4	2	2	2	2	4	1	1	2	4	3	2	2	4	4
126	3	1	2	1	3	2	1	1	2	2	2	4	4	3	1	1	4	3	4	2	4	1	2	3	1
127	4	3	3	2	1	2	4	2	1	3	3	2	3	1	2	4	3	2	1	3	2	4	3	4	4
128	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	2	1	3	3	4	3	2	4	4	2	4	4	3
129	3	2	1	3	4	1	4	2	3	1	1	1	2	2	3	3	2	3	4	1	3	3	3	4	4
130	1	1	1	3	4	1	1	1	2	2	3	4	1	4	1	3	3	2	1	3	2	4	1	4	1
131	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4
132	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
133	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4
134	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4
135	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4
136	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3
137	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4
138	1	2	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	1	1	4	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1
139	3	1	3	2	3	2	4	3	1	2	1	3	4	1	1	3	1	1	3	2	3	2	1	4	2
140	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4
141	1	2	1	2	3	4	2	4	3	1	4	2	1	1	2	2	1	1	4	3	3	1	3	1	2

142	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	1	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4
143	4	3	4	1	1	2	4	2	3	4	2	4	2	3	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	2
144	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4
145	2	4	2	3	4	3	2	2	2	4	4	1	2	1	1	4	3	3	4	2	4	4	1	4	3
146	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	1	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3
147	4	2	1	3	1	3	3	2	4	1	4	3	3	2	3	3	1	1	3	1	4	1	1	2	4
148	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3
149	3	3	2	4	3	1	1	2	1	1	1	3	2	1	4	4	2	1	1	1	2	4	3	4	4
150	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4
151	4	3	2	2	3	4	3	3	1	4	1	1	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	4	4	1
152	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3
153	3	1	3	1	1	3	3	1	2	1	4	2	1	4	2	1	2	1	2	1	1	2	4	3	4
154	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4
155	1	4	4	3	2	3	1	1	2	1	1	4	2	2	4	4	1	1	3	4	4	3	2	2	1
156	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	1	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3
157	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4
158	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3
159	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4

2) Skala dukungan sosial

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3
2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3
4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3
5	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4
6	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4
7	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4
8	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	2	4	2	1	4	4	4	3	3	2	4	2	4	4	1	1
9	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4
10	2	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3
11	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2
12	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3
13	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	2	4	2	3	3	4	2	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	1	3	1	4
15	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	3	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	2	3
16	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3
17	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3
18	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	1	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3
19	1	3	2	3	3	2	2	4	1	1	2	1	4	2	2	1	4	1	4	4	1	2	2	1	3	1	2
20	3	4	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
21	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3
22	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23	3	2	1	2	3	1	1	4	2	3	3	1	3	1	2	1	4	2	3	4	1	4	2	2	2	3	3
24	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4
25	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2
26	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3
27	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2
28	2	2	3	1	1	3	1	2	3	1	1	3	3	4	1	4	4	3	1	2	4	3	2	2	4	1	4

29	2	3	2	1	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3
31	3	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4
32	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4
33	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
34	3	2	4	2	1	2	1	4	3	2	1	2	2	3	4	3	4	4	3	2	2	1	4	3	1	1	1
35	2	2	1	1	3	3	1	3	3	2	3	4	4	1	1	4	1	3	1	3	2	2	2	1	4	2	3
36	3	4	3	2	2	4	1	3	2	2	3	4	4	3	1	2	1	2	3	4	4	1	1	4	1	3	3
37	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	4	1	3	1	4	1	3	4	1	3	3	1	1	2	1	3
38	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	1	4	1	2	4	1	3	1	4	1	1	1	2	2	1
39	4	2	3	3	4	4	1	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	4	3	1	4	2	1	1	2
40	2	4	4	2	3	1	1	2	2	3	2	1	2	2	3	4	2	2	4	1	1	4	1	3	3	1	1
41	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1
42	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	4	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2
43	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2
44	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	4	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2
45	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	4	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1
46	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1
47	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1
48	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	4	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2
49	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2
50	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	4	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2
51	4	2	2	4	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	4
52	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	4	1	3	1	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2
53	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	2	2
54	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
55	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2

56	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	4	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1
57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1
58	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	4	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2
59	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1
60	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	4	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2
61	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1
62	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	4	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1
63	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2
64	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2
65	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1
66	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2
67	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2
68	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1
69	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	4	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2
70	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	4	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1
71	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	4	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2
72	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	4	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2
73	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2
74	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4
75	4	4	4	1	1	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4
76	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2
77	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	4	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1
78	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	4	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2
79	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	4	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2
80	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	4	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2
81	2	4	4	4	2	3	2	2	4	3	4	2	1	4	3	4	1	1	1	3	4	4	3	1	1	3	1
82	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

83	3	3	3	3	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3
84	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	1	3
85	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3
86	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
87	2	1	4	1	2	2	4	2	4	2	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	1	2	2	4	3	4	1
88	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	4	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
89	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1
90	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	4	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2
91	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
92	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2
93	3	2	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	1
94	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3
95	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2
96	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2
97	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	4	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1
98	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	4	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1
99	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	3	4	1	1	2	1	2	2	4	2	3
100	3	1	4	4	1	4	1	1	2	2	3	2	3	1	3	3	3	2	4	4	4	1	1	1	3	1	2
101	2	1	1	4	3	1	3	2	1	3	3	2	2	2	1	3	1	1	2	1	4	3	3	2	1	2	3
102	4	4	2	3	4	4	4	1	2	2	2	4	2	1	3	3	4	3	1	3	3	2	3	3	1	2	3
103	2	3	1	4	3	1	4	4	3	2	4	2	2	1	3	3	1	3	1	1	4	2	3	1	4	2	1
104	1	3	1	2	3	2	4	1	3	4	1	4	1	2	1	3	3	2	2	1	2	1	4	4	2	1	1
105	4	1	1	4	3	2	3	2	2	1	1	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	2	3	3	1

106	4	3	4	1	4	2	3	4	1	1	4	3	4	2	4	1	1	2	4	1	3	1	3	2	4	2	2
107	2	2	1	2	4	2	1	1	1	4	2	3	4	2	4	4	1	4	3	1	3	1	1	4	3	4	2
108	3	2	1	3	3	4	1	3	1	1	3	1	4	4	1	1	1	1	4	2	3	4	3	2	3	4	2
109	4	4	2	2	1	4	2	4	4	4	2	3	2	1	1	2	2	4	1	3	1	2	2	2	2	1	1
110	3	2	3	2	2	2	1	3	3	3	2	1	2	4	3	1	3	2	4	1	3	4	3	3	2	3	4
111	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	1	4	1	4	3	1	3	4	3	2	1	1	4	3	4	2	2
112	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	1	1	2	1	2	4	2	3	1	1	3	4	2
113	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2
114	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1
115	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1
116	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	4	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1
117	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	4	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1
118	1	3	4	3	1	1	4	4	3	4	3	1	1	2	4	2	1	3	2	1	4	3	1	3	4	3	2
119	2	3	3	3	3	2	4	2	4	4	3	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	4	1	1	4	4
120	1	4	1	2	1	1	3	2	4	2	4	1	1	4	1	1	1	3	4	3	2	2	4	1	1	4	4
121	2	1	3	2	4	4	4	3	4	3	2	4	2	2	1	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	1	3
122	3	1	4	1	2	3	2	4	3	2	4	3	2	2	4	4	4	4	3	2	4	2	4	3	4	3	4
123	3	2	4	4	3	1	4	1	1	2	4	2	2	3	4	2	3	2	4	3	4	4	4	3	2	4	2

124	3	2	2	2	4	4	4	3	1	1	1	4	1	4	3	3	4	3	3	1	4	4	3	3	4	1	1
125	3	3	2	2	4	4	1	2	1	2	3	4	1	1	3	3	1	3	2	2	1	4	2	2	1	1	1
126	4	2	1	4	1	3	3	1	2	1	2	2	1	1	4	3	2	2	1	2	1	1	1	3	2	3	2
127	2	3	1	4	3	4	4	3	3	3	2	4	1	3	2	3	4	1	1	3	2	2	2	4	4	2	3
128	3	3	3	2	2	4	2	2	3	1	1	4	1	1	1	4	1	1	2	4	2	2	2	2	1	3	1
129	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1
130	2	2	3	3	2	2	4	4	4	2	3	1	2	2	2	3	1	3	4	4	2	4	4	3	1	1	2
131	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1
132	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	4	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2
133	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2
134	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	4	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1
135	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2
136	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	4	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1
137	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	4	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1
138	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3
139	3	4	3	1	3	2	2	1	1	1	1	1	3	3	2	4	3	2	2	3	1	2	4	2	1	3	4
140	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2
141	4	3	4	1	1	3	4	4	4	2	4	4	1	4	3	1	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3

142	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1
143	1	2	4	1	3	4	4	4	3	3	1	3	1	4	4	2	2	2	4	1	1	3	4	2	4	3	2
144	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1
145	4	1	4	3	1	3	1	2	3	1	2	4	4	3	1	2	2	3	2	2	1	4	2	2	1	3	2
146	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1
147	1	1	4	2	4	2	3	4	3	1	4	4	4	2	2	1	3	4	1	1	4	3	2	2	2	3	2
148	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1
149	3	3	1	1	3	2	3	1	4	2	3	3	4	1	2	3	4	4	2	1	2	4	2	2	2	4	2
150	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	4	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1
151	3	1	1	4	1	2	4	3	3	2	2	1	3	1	2	1	3	4	3	3	4	1	1	3	2	3	3
152	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2
153	2	3	3	4	2	1	2	4	2	3	1	1	1	2	4	2	4	1	1	3	3	3	2	2	3	1	3
154	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
155	2	2	2	4	1	2	2	1	3	2	1	3	4	4	3	1	1	2	2	4	2	1	1	2	2	2	2
156	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	4	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1
157	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	4	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2
158	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1
159	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	4	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1

3) Skala *self-efficacy*

N	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3
2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
3	2	1	3	1	1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2
4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4
5	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	2	3	4	2	4	3	4
6	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4
7	2	4	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4
8	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	1	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4
9	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3
10	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
11	3	4	2	3	4	1	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	1	4
12	3	2	1	3	4	1	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	4	2	3
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
14	3	4	3	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4
15	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2
16	4	1	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3
17	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4
18	3	1	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
19	3	2	2	4	4	2	3	4	4	2	2	4	2	2	4	4	4	1	4	2	4
20	4	4	3	4	3	4	3	4	1	2	4	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3
21	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3
22	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
23	4	3	1	3	3	1	1	3	3	2	1	2	1	4	3	2	2	1	1	2	3
24	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	1	4
25	3	1	1	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2
26	3	4	2	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4
27	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3
28	1	4	3	2	1	3	3	2	2	3	3	1	1	1	2	2	1	3	2	3	1
29	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
30	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
31	4	3	4	1	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
32	4	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	1
33	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
34	3	3	2	1	2	3	4	3	3	1	4	1	3	3	2	1	2	2	1	4	4
35	4	1	2	4	3	1	1	2	4	2	4	2	3	4	3	1	4	4	2	2	2
36	2	3	1	4	3	2	1	2	2	3	4	2	3	1	4	4	3	3	2	3	2
37	2	3	4	4	2	4	3	2	2	2	4	3	4	2	3	1	4	2	4	4	3
38	1	4	2	2	4	3	4	3	1	2	4	2	1	4	4	1	2	4	1	4	2
39	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	4	2	1	2	1	4	3	1	3
40	4	2	2	3	4	2	1	1	1	3	1	2	4	4	3	1	1	2	1	1	2
41	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2
42	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
43	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2

44	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1
45	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1
46	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2
47	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1
48	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1
49	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2
50	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1
51	2	2	2	4	3	1	3	1	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2
52	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3
53	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3
54	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2
55	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2
56	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1
57	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1
58	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1
59	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1
60	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1
61	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2
62	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2
63	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2
64	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2
65	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1
66	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2
67	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2
68	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1
69	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1
70	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2
71	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2
72	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1
73	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1
74	3	4	2	4	3	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	3
75	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4
76	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1
77	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
78	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2
79	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1
80	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2
81	2	2	2	2	2	4	1	4	4	1	2	4	3	4	4	2	4	2	3	1	1
82	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
83	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
84	3	3	2	4	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
85	3	3	2	3	3	3	2	2	3	1	1	4	1	2	3	3	3	2	3	2	3
86	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
87	1	3	2	2	2	4	3	2	3	3	2	4	4	2	4	3	4	1	4	3	4
88	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2
89	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1
90	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	4	1	1	2	2	1	1	2
91	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3

92	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3
93	3	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4
94	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
95	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
96	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2
97	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1
98	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1
99	1	3	3	2	4	4	1	4	1	3	3	2	2	3	2	4	2	3	2	1	1
100	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	1	3	4	3	4	4	1	4	4
101	2	1	1	3	3	1	2	4	2	3	2	4	3	2	4	4	4	3	4	4	1
102	1	3	2	1	1	2	1	2	2	4	1	2	3	1	1	1	4	4	1	2	1
103	2	3	2	3	1	4	2	1	4	1	3	2	2	3	3	2	1	3	1	4	4
104	3	1	2	1	1	2	1	3	2	3	1	3	1	4	2	4	2	1	3	4	3
105	3	2	3	3	3	2	2	1	1	4	3	4	3	3	2	4	4	4	2	4	4
106	4	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	4	1	2	2	4	4	4
107	3	4	3	1	2	3	2	4	2	2	3	3	2	1	1	2	4	4	1	1	2
108	1	1	4	1	3	1	2	2	3	2	4	1	1	3	3	1	1	3	1	3	3
109	4	4	2	4	3	2	1	3	1	3	1	2	4	1	4	1	1	3	3	3	2
110	2	2	2	1	3	2	1	4	4	3	2	1	2	3	2	4	2	3	3	3	3
111	4	3	2	2	1	2	3	1	4	4	1	1	4	1	1	2	4	3	1	3	2
112	3	1	1	3	1	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	2	3	3	4	1	3
113	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2
114	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1
115	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1
116	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2
117	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2
118	1	3	1	1	4	1	1	4	4	1	2	2	2	3	4	4	4	3	1	1	1
119	3	1	2	3	2	3	4	1	4	4	1	1	4	1	2	1	4	3	4	2	4
120	1	2	4	4	1	4	4	1	2	1	2	3	2	4	2	1	2	3	3	4	3
121	4	3	3	1	1	4	1	1	1	2	2	1	3	1	3	2	1	1	3	4	4

122	1	2	1	2	4	1	2	4	4	1	3	1	4	1	2	3	4	2	4	4	4
123	3	4	2	2	2	4	1	3	2	4	4	1	3	4	3	2	3	4	1	2	3
124	2	3	2	2	1	4	2	2	3	1	3	3	1	1	4	3	1	2	1	2	2
125	1	2	2	2	1	1	1	1	3	1	3	2	1	2	3	1	1	4	2	4	1
126	4	2	4	4	2	1	2	3	3	3	4	4	1	3	4	3	1	1	2	1	2
127	3	4	3	1	4	2	4	1	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	4	3	4
128	2	1	2	2	3	1	2	1	3	3	3	3	4	2	3	1	1	3	4	2	1
129	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4
130	4	2	4	1	2	1	1	4	2	4	3	3	2	4	3	3	1	2	1	2	2
131	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2
132	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2
133	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2
134	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
135	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2
136	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2
137	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
138	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4
139	3	4	1	1	2	1	1	4	2	4	1	1	3	1	2	4	3	1	1	2	4
140	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2
141	2	3	2	3	4	3	1	4	3	4	1	1	4	1	1	1	1	2	4	1	4
142	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1
143	4	2	4	3	4	2	1	3	3	2	3	1	3	2	4	2	4	1	4	1	1
144	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2
145	3	2	4	2	3	1	1	3	2	2	1	3	1	4	3	3	1	2	4	3	2
146	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2
147	2	3	1	3	2	3	2	4	1	2	4	1	1	1	2	2	4	2	3	1	3
148	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2

149	2	4	3	4	1	1	3	1	2	4	1	4	1	4	4	1	1	3	2	3	4
150	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2
151	3	2	1	4	3	1	1	2	1	3	3	1	1	3	2	3	4	3	2	3	1
152	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1
153	4	3	2	2	4	4	2	3	1	1	4	1	2	1	2	3	3	4	3	4	1
154	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1
155	1	2	1	2	2	3	1	2	3	1	3	3	1	4	1	3	1	3	4	1	4
156	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2
157	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2
158	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1
159	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2

Lampiran 6: Uji Deskriptif Data

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Culture Shock	159	56	34	90	69,62	15,034
Dukungan Sosial	159	70	36	106	60,58	18,135
Self-efficacy	159	56	25	81	46,76	15,065
Valid N (listwise)	159					

Culture shock

Kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	27	17,0	17,0	17,0
	Sedang	89	56,0	56,0	73,0
	Tinggi	43	27,0	27,0	100,0
	Total	159	100,0	100,0	

Dukungan Sosial

Kategorisasi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	41	25,8	25,8	25,8
	Sedang	88	55,3	55,3	81,1
	Tinggi	30	18,9	18,9	100,0
	Total	159	100,0	100,0	

Self-efficacy

Kategorisasi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	47	29,6	29,6	29,6
	Sedang	82	51,6	51,6	81,1
	Tinggi	30	18,9	18,9	100,0
	Total	159	100,0	100,0	

Lampiran 7: Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		159
Normal Parameters[a,b]	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,91599036
Most Extreme Differences	Absolute	,062
	Positive	,062
	Negative	-,061
Test Statistic		,062
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200[c,d]
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Lampiran 8: Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Culture Shock * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	33301,592	56	594,671	25,171	,000
		Linearity	29172,297	1	29172,297	1234,798	,000
		Deviation from Linearity	4129,294	55	75,078	3,178	,000
	Within Groups		2409,767	102	23,625		
	Total		35711,358	158			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Culture Shock * Self-efficacy	Between Groups	(Combined)	32201,147	46	700,025	22,336	,000
		Linearity	28836,378	1	28836,378	920,080	,000
		Deviation from Linearity	3364,769	45	74,773	2,386	,000
	Within Groups		3510,212	112	31,341		
	Total		35711,358	158			

Lampiran 9: Uji Korelasi dan Korelasi Berganda

Correlations

		Culture Shock	Dukungan Sosial
Culture Shock	Pearson Correlation	1	-,904**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	159	159
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	-,904**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	159	159

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Culture Shock	Self-efficacy
Culture Shock	Pearson Correlation	1	-,904**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	159	159
Self-efficacy	Pearson Correlation	-,904**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	159	159

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,921[a]	,849	,847	5,887	,849	437,201	2	156	,000

a. Predictors: (Constant), Self-efficacy, Dukungan Sosial

Lampiran 10: Daftar Riwayat Hidup

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Zul Ham Fahmi
2. Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 9 November 2000
3. Alamat Domisili : Kp. Bintaro, RT01/RW01, Jakarta Selatan
4. No. *Handphone* : 088809324034
5. *Email* : hamfahmi86@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Sekolah Dasar : SDN Pesanggarahan 09 Jakarta
2. Sekolah Menengah Pertama : SMP Negeri 235 Jakarta
3. Sekolah Menengah Atas : SMA Hang Tuah 1 Jakarta
4. Universitas : UIN Walisongo Semarang

C. Pengalaman Magang

1. Jasamarga Tollroad Operator