

## **Pengaruh Adaptasi Sosial Dan Dukungan Sosial Terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias Di UHN Medan**

**Ellennis Gulo<sup>1)</sup>, Nalom Siagian<sup>2)</sup>, Artha Lumban Tobing<sup>3)</sup>**

Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas HKBP Nommensen  
Jl. Sutomo No.4A, Perintis, Kec. Medan Tim., Kota Medan, Sumatera Utara 20235

**Email Korespondensi:** *ellennis.gulo@student.uhn.ac.id*

**Email:** *nalom.siagian@uhn.ac.id*

**Email:** *arthatobing24@gmail.com*

**Abstract:** *This study aims to analyze the influence of social adaptation and social support on Culture Shock experienced by Nias migrant students at HKBP Nommensen University Medan. The research employs a quantitative method with an explanatory approach. The sample consists of 82 students selected using a simple random sampling technique. Data were collected through questionnaires and analyzed using multiple linear regression with SPSS. The results indicate that social adaptation has a significant negative effect on Culture Shock, meaning that better social adaptation leads to lower levels of Culture Shock. Social support also has a significant negative effect on Culture Shock, showing that higher social support reduces Culture Shock levels. Simultaneously, social adaptation and social support significantly influence Culture Shock among Nias migrant students. This study is expected to provide insights for migrant students and educational institutions in supporting students' social adaptation processes.*

**Keywords:** *Social Adaptation, Social Support, Culture Shock, Migrant Students.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh adaptasi sosial dan dukungan sosial terhadap *Culture Shock* yang dialami mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan eksplanasi. Sampel penelitian berjumlah 82 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi sosial berpengaruh signifikan negatif terhadap *Culture Shock*, yang berarti semakin baik adaptasi sosial, semakin rendah tingkat *Culture Shock*. Dukungan sosial juga berpengaruh signifikan negatif terhadap *Culture Shock*, menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin rendah tingkat *Culture Shock*. Secara simultan, adaptasi sosial dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock* mahasiswa rantau Nias. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa rantau dan institusi pendidikan dalam mendukung proses adaptasi sosial mahasiswa.

**Kata kunci:** Adaptasi Sosial, Dukungan Sosial, *Culture Shock*, Mahasiswa Rantau.

### **I. PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Perpindahan dari kampung halaman ke luar daerah atau bahkan luar pulau untuk melanjutkan pendidikan merupakan pengalaman yang dialami oleh banyak mahasiswa, salah satunya mahasiswa asal Nias yang merantau ke Medan untuk menempuh pendidikan di Universitas HKBP Nommensen Medan. Berdasarkan data Pusat Sistem Informasi (PSI) Universitas HKBP Nommensen Medan sendiri tercatat jumlah seluruh mahasiswa pada tahun 2024 adalah 6.188 orang, dengan 441 di antaranya berasal dari daerah Nias. Proses adaptasi terhadap lingkungan sosial yang baru seringkali memunculkan berbagai tantangan, salah satunya adalah fenomena *Culture Shock*.

Adaptasi merupakan suatu proses yang mempengaruhi kemajuan dan kesejahteraan individu dan memerlukan penerimaan terhadap norma-norma yang berlaku di masyarakat yang pada umumnya tidak mereka kenal (Alasmari, 2023) (diterjemahkan dari bahasa inggris). Adaptasi turut didefinisikan sebagai cara untuk menyesuaikan diri secara tempat tinggal maupun perilaku (Prayoga & Handoyo, 2023). Tujuan adaptasi sosial adalah memanfaatkan proses sosial untuk menyatukan kepentingan individu dan masyarakat. Adaptasi memungkinkan individu untuk tumbuh dalam situasi apa pun, termasuk yang paling tidak menguntungkan (Alasmari, 2023) (diterjemahkan dari bahasa inggris). Proses adaptasi ini tidak selalu berjalan dengan mudah, karena adanya perbedaan yang signifikan antara budaya asal dan budaya di

tempat tujuan. Pada tahap awal kehidupannya di tempat rantauan individu akan mengalami problem ketidaknyamanan terhadap lingkungan barunya yang kemudian akan berpengaruh baik secara fisik maupun emosional sebagai reaksi ketika berpindah dan hidup dengan lingkungan baru terutama yang memiliki kondisi budaya berbeda (Akarowhe, 2018) dalam (Andre & Huwae, 2022)

*Culture Shock* (gegar budaya) pertama kali diperkenalkan oleh antropologis bernama Oberg pada tahun 1960 untuk menggambarkan respon yang mendalam dan negatif dari depresi, frustrasi, dan disorientasi yang dialami oleh individu yang hidup dalam suatu lingkungan budaya yang baru (dikutip dari Dayakisni, 2012: 265) dalam (Devinta et al., 2015). *Culture Shock* dalam bahasa Indonesia berarti gegar budaya, istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan dan perasaan seseorang dalam menghadapi kondisi lingkungan sosial budaya baru yang berbeda (Andre & Huwae, 2022). Triandis (1994:239) seorang psikolog terkenal, memandang gegar budaya sebagai hilangnya kontrol seseorang saat ia berinteraksi dengan orang lain dari kultur yang berbeda (ShiraeV & Levy, 2016).

Melalui konsep *Culture Shock* diperkenalkan oleh Oberg (1960) dalam (Devinta et al., 2015) yang kemudian disempurnakan oleh Furnham dan Bochner (1970) menunjukkan bahwa *Culture Shock* terjadi biasanya dipicu oleh salah satu atau lebih dari tiga penyebab berikut ini, yaitu:

- 1) Kehilangan cues atau tanda-tanda yang dikenalnya. Padahal cues adalah bagian dari kehidupan sehari-hari seperti tanda-tanda, gerakan bagian tubuh (gestures), ekspresi wajah ataupun kebiasaan-kebiasaan yang dapat menceritakan kepada seseorang bagaimana sebaiknya bertindak dalam situasi-situasi tertentu.
- 2) Putusnya komunikasi antar pribadi baik pada tingkat yang disadari yang mengarahkan pada frustrasi dan

kecemasan. Halangan bahasa adalah penyebab jelas dari gangguan ini.

- 3) Krisis identitas dengan pergi keluar daerahnya seseorang akan kembali mengevaluasi gambaran tentang dirinya (dikutip dari Dayakisni, 2012: 265).

Selain adaptasi sosial, dukungan sosial juga berperan penting dalam membantu mahasiswa rantau menghadapi *Culture Shock* atau gegar budaya yang dialami. Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang lain sangat dibutuhkan agar mahasiswa rantau terjauh dari hal negatif seperti penyakit mental dan *Culture Shock* (Andre & Huwae, 2022). Dukungan sosial merujuk pada berbagai jenis bantuan yang kita terima dari orang lain. Bantuan ini dapat berupa dukungan emosional, seperti kasih sayang dan pengertian; dukungan instrumental, seperti bantuan praktis atau material; dan dukungan evaluatif, seperti umpan balik dan penilaian (Permata, 2024:9). Dukungan dari keluarga, teman, maupun lingkungan kampus dapat membantu mahasiswa merasa lebih nyaman dan diterima di lingkungan baru. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat memperburuk tekanan yang mereka alami dan menghambat proses adaptasi mereka.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, maka rumusan masalah yang ingin dibahas pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah Adaptasi Sosial berpengaruh terhadap *Culture Shock* yang dihadapi mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan?
2. Apakah Dukungan Sosial berpengaruh terhadap *Culture Shock* mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan?
3. Apakah Adaptasi Sosial dan Dukungan Sosial berpengaruh terhadap *Culture Shock* yang dihadapi mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang ada maka diketahui tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk menguji pengaruh Adaptasi Sosial terhadap *Culture Shock* yang dihadapi mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan
2. Untuk menguji pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Culture Shock* mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan
3. Untuk menguji pengaruh Adaptasi Sosial dan Dukungan Sosial terhadap *Culture Shock* yang dihadapi mahasiswa rantau Nias di Universitas HKBP Nommensen Medan.

## II. METODE PENELITIAN

### A. Adaptasi Sosial

Usman (2023) menyatakan bahwa adaptasi sosial merupakan suatu upaya yang dilakukan individu maupun kelompok dalam menyesuaikan perilakunya agar dapat berdampingan dengan lingkungan sosialnya. Dalam literatur, konsep adaptasi sosial sering kali digunakan dengan konsep penyesuaian sosial (Kaban & Widodo, 2024). Lebih lanjut, Schneider (1964) berpendapat bahwa penyesuaian diri merupakan proses dimana seseorang berupaya keras menanggulangi maupun memahami kebutuhan dari dalam diri, ketegangan, frustrasi, konflik, guna memperoleh keharmonisan serta keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan dari dalam dirinya sendiri (Hediati & Nawangsari, 2020). Dengan metode adaptasi seorang individu akan lebih bisa diterima oleh lingkungannya yang baru (Tangkudung, 2014) dalam (Prayoga & Handoyo, 2023).

Aspek Penyesuaian Sosial menurut Schneiders (2005) dalam (Kaban & Widodo, 2024) ada 5 bagian, yaitu:

- (1) Kemampuan menghormati orang lain (Recognition) yaitu ketika individu mampu menghormati hak orang lain maka orang lain juga akan menghormati hak-hak kita sehingga hubungan sosial yang terjalin dapat berjalan dengan harmonis
- (2) Kemampuan melibatkan diri dalam berelasi (Participation) yaitu upaya individu dalam menciptakan dan memelihara hubungan dengan baik, bersifat mengayomi dan

berperan aktif dalam kegiatan sosial serta menghargai norma-norma yang berlaku di lingkungan sekitar

- (3) Kemampuan dalam bersimpati terhadap kesejahteraan orang lain (Social approval) yaitu individu peka akan masalah serta kesulitan yang sedang dihadapi oleh orang sekitarnya dan bersedia untuk membantunya dalam menangani masalah tersebut
- (4) Kemampuan dalam memiliki sifat rendah hati dan tidak egois (Altruisme) yaitu Individu menunjukkan sikap saling membantu dan mementingkan orang lain. Hal tersebut merupakan bagian dari penyesuaian moral dengan baik apabila diterapkan di dalam masyarakat dan menghasilkan penyesuaian diri yang kuat.
- (5) Kemampuan dalam menghormati dan menaati nilai-nilai tradisi dan kebiasaan (Conformity) yaitu kesadaran individu dalam mematuhi peraturan serta tradisi yang berlaku yang ada di lingkungan sekitar untuk diterima dengan baik.

### B. Dukungan Sosial

Kumalasari (2012:26) Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya (Noorrahman et al., 2023). Lebih lanjut, Permata (2024:14) Dukungan sosial dapat diartikan sebagai bantuan, dorongan, dan layanan yang diberikan oleh orang lain, yang dapat berasal dari keluarga, teman, atau anggota keluarga lainnya. Dukungan ini bisa bersifat emosional, seperti memberikan kasih sayang dan pengertian; instrumental, seperti memberikan bantuan konkret; atau informasional, seperti memberikan nasihat dan informasi yang berguna.

Dalam (faridz, 2024) Dukungan sosial adalah faktor penting yang dapat mempengaruhi proses adaptasi dan kesejahteraan individu dalam menghadapi berbagai tantangan. Menurut

Sarafino & Timothy (2011) ada empat aspek dukungan sosial antara lain:

- a. Dukungan emosional, dukungan ini merupakan empati, rasa peduli, perhatian dan dukungan kepada individu dari teman maupun lingkungan sekitar.
- b. Dukungan penghargaan, dukungan ini bertujuan untuk membangun rasa harga diri individu dan dia akan merasa lebih dihargai oleh orang lain.
- c. Dukungan informasi, adanya dukungan ini bersifat nasehat, memberitahukan hal yang baik atau sebagai timbal balik terhadap apa yang telah dilakukan oleh individu tersebut
- d. Dukungan instrumental, dukungan ini dapat berupa hal yang bersifat memberikan dukungan taclalui biaya atau memberikan bantuan agar individu merasa lebih berkurang beban yang dirasakan

### **C. Culture Shock**

*Culture Shock* (gegar budaya) pertama kali diperkenalkan oleh antropologis bernama Oberg pada tahun 1960 untuk menggambarkan respon yang mendalam dan negatif dari depresi, frustrasi, dan disorientasi yang dialami oleh individu yang hidup dalam suatu lingkungan budaya yang baru (dikutip dari Dayakisni, 2012: 265) dalam (Devinta et al., 2015). Gegar kultural atau gegar budaya atau stres akulturatif biasanya didefinisikan sebagai serangkaian pengalaman psikologis yang kompleks, biasanya tidak menyenangkan dan mengganggu (Tsytsarev & Krichmar, 2000) dalam (Shiraev & Levy, 2016). Triandis (1994:239) seorang psikolog terkenal, memandang gegar budaya sebagai hilangnya kontrol seseorang saat ia berinteraksi dengan orang lain dari kultur yang berbeda. Kehilangan kontrol umumnya memang menyebabkan kesulitan penyesuaian tetapi tidak selalu merupakan gangguan psikologis (Shiraev & Levy, 2016). Gegar budaya (*Culture Shock*) terjadi karena adanya ketidaksetaraan pandangan antara budaya satu dengan lainnya, sehingga membuat suatu budaya baru yang datang ke budaya lainnya mengalami kehilangan harapan atauantisipasi terhadap kesamaan (Departemen Kebudayaan dan Pariwisata, 2008) dalam (Maizan et al., 2020).

Melalui konsep *Culture Shock* diperkenalkan oleh Oberg (1960) dalam (Devinta et al., 2015) yang kemudian disempurnakan oleh Furnham dan Bochner (1970) menunjukkan bahwa *Culture Shock* terjadi biasanya dipicu oleh salah satu atau lebih dari tiga penyebab berikut ini, yaitu:

1. Kehilangan cues atau tanda-tanda yang dikenalnya.
2. Putusnya komunikasi antar pribadi baik pada tingkat yang disadari yang mengarahkan pada frustrasi dan kecemasan. Halangan bahasa adalah penyebab jelas dari gangguan ini.
3. Krisis identitas dengan pergi keluar daerahnya seseorang akan kembali mengevaluasi gambaran tentang dirinya (dikutip dari Dayakisni, 2012: 265).

### **D. Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksplanasi (*Explanatory Research*). Eksplanasi adalah metode penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat antara variabel-variabel yang diteliti, serta menjelaskan pengaruh satu variabel terhadap variabel lain.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013:8), Metode penelitian kuantitatif dapat berlandaskan diartikan sebagai metode penelitian yang pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

### **E. Lokasi dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilakukan di Universitas HKBP Nommensen Medan, khususnya dikalangan mahasiswa rantau yang berasal dari Nias, dengan menyebarkan kuesioner atau angket melalui g-form. Waktu dalam penelitian ini berlangsung sejak bulan Oktober 2024 hingga bulan April 2025.

### **F. Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2013; 80). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh

mahasiswa Nias di Universitas HKBP Nommesen medan yang tercatat pada Pusat Sistem Informasi sejumlah 441 orang mahasiswa pada tahun 2024.

## **2. Sampel**

Sampel adalah jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Adapun teknik sampling dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan salah satu teknik *Probability Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Teknik yang digunakan adalah *Simple Random Sampling* yang merupakan pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2013: 81-82). Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 82 orang dihitung menggunakan rumus slovin dengan Margin of Error (MoE) 10% (0,10).

## **G. Jenis dan teknik Pengumpulan Data**

Adapun yang menjadi teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan mengumpulkan data primer yaitu menyebarkan kuisioner (angket). Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data (Sugiono, 2013:225). Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2013:142). Skala pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013:93).

## **III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Mahasiswa rantau dari Nias yang berkuliah di Universitas HKBP Nommesen Medan menghadapi berbagai tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan budaya yang berbeda dari tempat asal mereka. Salah satu fenomena yang sering muncul dalam proses ini adalah *Culture Shock*, yaitu perasaan kebingungan, stres, dan ketidaknyamanan akibat perbedaan budaya yang signifikan. Perbedaan dalam bahasa, norma sosial, kebiasaan sehari-hari, serta sistem pendidikan sering kali menjadi hambatan bagi mahasiswa dalam menjalani

kehidupan akademik dan sosial mereka di lingkungan yang baru. Dalam menghadapi *Culture Shock*, adaptasi sosial dan dukungan sosial menjadi faktor penting yang dapat membantu mahasiswa mengurangi dampak negatif dari perbedaan budaya yang mereka alami.

Adaptasi sosial berperan besar dalam menentukan sejauh mana mahasiswa rantau mampu menyesuaikan diri dengan norma, kebiasaan, dan nilai-nilai sosial di lingkungan baru. Mahasiswa yang memiliki kemampuan adaptasi sosial yang baik cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus dan masyarakat sekitar, sehingga mereka dapat mengurangi dampak *Culture Shock* yang mereka alami. Kemampuan memahami dan menerima perbedaan budaya menjadi salah satu aspek penting dalam adaptasi sosial, di mana mahasiswa perlu memiliki sikap terbuka terhadap budaya baru tanpa merasa terasing dari identitas asal mereka. Selain itu, interaksi sosial yang baik dengan teman sebaya, dosen, serta masyarakat sekitar juga turut membantu mahasiswa dalam membangun relasi yang sehat dan mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai lingkungan sosial yang baru. Kemauan untuk belajar dan mengikuti kebiasaan yang berlaku di lingkungan baru juga menjadi faktor krusial dalam mempercepat proses adaptasi, karena hal ini memungkinkan mahasiswa untuk lebih mudah diterima dalam komunitas yang lebih luas.

Selain adaptasi sosial, dukungan sosial juga memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa rantau menghadapi *Culture Shock*. Dukungan ini dapat berasal dari berbagai sumber, seperti keluarga, teman, senior, maupun komunitas di lingkungan kampus. Dukungan emosional, yang berupa perhatian dan empati dari keluarga serta teman-teman, membantu mahasiswa merasa lebih nyaman dan tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan yang mereka alami. Sementara itu, dukungan instrumental dalam bentuk bantuan finansial atau fasilitas tempat tinggal yang nyaman juga memberikan rasa aman bagi mahasiswa, sehingga mereka dapat lebih fokus dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Selain itu, dukungan informasional yang berupa pemberian informasi

mengenai lingkungan baru, aturan sosial, dan kebiasaan budaya yang berlaku juga membantu mahasiswa dalam memahami dan menghadapi tantangan yang ada dengan lebih baik. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang cukup akan lebih mudah mengatasi *Culture Shock* karena mereka merasa didampingi, memiliki tempat berbagi pengalaman, serta mendapatkan bantuan dalam memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

## A. Hasil

**Tabel 1**  
**Hasil Uji Regresi Linear Berganda**

| Coefficients <sup>a</sup> |                             |            |                           |       |      |
|---------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
| Model                     | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients |       |      |
|                           | B                           | Std. Error | Beta                      | t     | Sig. |
| 1 (Constant)              | 1,441                       | 2,833      |                           | ,509  | ,612 |
| Adaptasi Sosial           | ,458                        | ,127       | ,369                      | 3,592 | ,001 |
| Dukungan Sosial           | ,362                        | ,124       | ,300                      | 2,922 | ,005 |

a. Dependent Variable: Culture Shock

Sumber: Output SPSS 25

Pada persamaan regresi tersebut dapat disimpulkan:

$$Y = 1,441 + 0,458X_1 + 0,362X_2 + e$$

1. Nilai Konstanta (constant) adalah 1,441 artinya jika variabel Adaptasi Sosial (X1) dan Dukungan Sosial (X2) adalah 0, maka nilai pada *Culture Shock* (Y) akan tetap sebesar 1,441
2. Nilai Koefisien regresi Adaptasi Sosial (X1) adalah sebesar 0,458 yang berarti jika Adaptasi Sosial (X1) mengalami peningkatan sebesar 1 satuan, maka *Culture Shock* (Y) akan mengalami peningkatan sebesar 0,458. Sebaliknya setiap terjadi penurunan nilai pada variabel Adaptasi Sosial (X1) sebesar 1 satuan maka *Culture Shock* (Y) menurun sebesar 0,458.
3. Nilai Koefisien regresi Dukungan Sosial (X2) adalah sebesar 0,362 yang berarti jika Dukungan Sosial (X2) mengalami peningkatan sebesar 1 satuan, maka Nilai Perusahaan akan mengalami peningkatan sebesar 0,362. Sebaliknya setiap terjadi

penurunan nilai pada variabel Dukungan Sosial (X2) sebesar 1 satuan maka *Culture Shock* (Y) menurun sebesar 0,362.

## Uji Hipotesis

### 1. Uji t (parsial)

Pengujian ini bertujuan untuk menguji apakah variabel bebas berpengaruh secara parsial atau berpisah terhadap variabel terikat. Untuk menentukan  $t_{tabel}$  dengan tingkat signifikan 5% yaitu ( $df = 0,05/2$ ;  $n-k-1 = 1,199$ ). Kriteria yang digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan hipotesis adalah sebagai berikut:

1.  $H_0$  ditolak jika nilai  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$
2.  $H_0$  diterima jika nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$

**Tabel 2**  
**Hasil Uji t**

| Coefficients <sup>a</sup> |                             |            |                           |       |      |
|---------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
| Model                     | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients |       |      |
|                           | B                           | Std. Error | Beta                      | t     | Sig. |
| 1 (Constant)              | 5,782                       | 2,524      |                           | 2,291 | ,025 |
| Adaptasi Sosial           | ,619                        | ,120       | ,499                      | 5,155 | ,000 |

a. Dependent Variable: Culture Shock

| Coefficients <sup>a</sup> |                             |            |                           |       |      |
|---------------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
| Model                     | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients |       |      |
|                           | B                           | Std. Error | Beta                      | t     | Sig. |
| 1 (Constant)              | 6,871                       | 2,569      |                           | 2,675 | ,009 |
| Dukungan Sosial           | ,556                        | ,120       | ,460                      | 4,638 | ,000 |

a. Dependent Variable: Culture Shock

Sumber: Output SPSS 25

Berdasarkan tabel 1 hasil uji t di atas untuk dapat mengetahui besarnya pengaruh masing-masing variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen sebagai berikut:

1. Nilai  $t_{hitung}$  variabel Adaptasi Sosial sebesar 5,155 sedangkan  $t_{tabel}$  sebesar 1,199. maka diketahui bahwa  $t_{hitung} (5,155) > t_{tabel} (1,985)$  dan nilai signifikan variabel Adaptasi Sosial sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian ini menunjukkan bahwa Adaptasi Sosial berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock*.
2. Nilai  $t_{hitung}$  variabel Dukungan Sosial sebesar 4,638 sedangkan  $t_{tabel}$  sebesar 1,199. Maka diketahui bahwa  $t_{hitung} (4,638) \geq t_{tabel} (1,199)$  dan nilai signifikan variabel kepercayaan merek sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat

disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian ini menunjukkan bahwa Dukungan Sosial berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock*.

**2. Uji F**

Uji F pada dasarnya bertujuan untuk menunjukkan apakah semua variabel independen yang dimasukkan dalam model memiliki pengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Untuk menentukan F tabel dengan tingkat signifikan 5% yaitu ( $df_1 = k - 1$ ;  $df_2 = n - k$ ) yaitu 3,09. Dengan kriteria pengujian:

1. Jika  $F_{hitung} \geq F_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$  signifikan 95% maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima
2. Jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$  pada  $\alpha = 5\%$  signifikan 95% maka  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak

**Tabel 3**  
**Hasil Uji F**

| ANOVA <sup>a</sup> |                |    |             |        |                   |
|--------------------|----------------|----|-------------|--------|-------------------|
| Model              | Sum of Squares | df | Mean Square | F      | Sig.              |
| 1 Regression       | 302,518        | 2  | 151,259     | 18,811 | ,000 <sup>b</sup> |
| Residual           | 635,238        | 79 | 8,041       |        |                   |
| Total              | 937,756        | 81 |             |        |                   |

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial , Adaptasi Sosial

b. Dependent Variable: Culture Shock

**Sumber: Output SPSS 25**

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa nilai  $F_{hitung}$  sebesar 18,811 sedangkan  $F_{tabel}$  sebesar 3,11. Maka diketahui bahwa  $F_{hitung} (18,811) \geq F_{tabel} (3,11)$  dan nilai signifikan sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi secara keseluruhan signifikan. Ini berarti Adaptasi Sosial dan Dukungan Sosial secara bersama-sama (simultan) berpengaruh secara signifikan terhadap *Culture Shock*.

**Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Koefisien determinasi ( $R^2$ ) digunakan untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Dinyatakan dalam persentase yang nilainya berkisar antara  $0 < R^2 < 1$ .

**Tabel 4**  
**Hasil Uji  $R^2$**

| Model Summary |                   |          |        |                            |
|---------------|-------------------|----------|--------|----------------------------|
| Model         | Adjusted R        |          |        |                            |
|               | R                 | R Square | Square | Std. Error of the Estimate |
| dimension0 1  | ,568 <sup>a</sup> | ,323     | ,305   | 2,83566                    |

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial , Adaptasi Sosial

**Sumber: Output SPSS 25**

Berdasarkan hasil pengujian diatas dapat dilihat bahwa nilai Koefisien Determinasi pada kolom R Square yaitu sebesar 0,323 sehingga dapat diketahui bahwa kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen adalah sebesar 0,323 atau 32,3%. Dan selebihnya 67,7% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak dimasukkan ke dalam model penelitian ini.

**B. Pembahasan**

**1. Pengaruh Adaptasi Sosial Terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias di UHN Medan**

Berdasarkan hasil uji t (parsial) pada tabel 4 menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  variabel Adaptasi Sosial sebesar 5,155 sedangkan t tabel sebesar 1,199. maka diketahui bahwa  $t_{hitung} (5,155) > t_{tabel} (1,985)$  dan nilai signifikan variabel Adaptasi Sosial sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

Data ini menunjukkan bahwa Adaptasi Sosial berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias di UHN Medan.

**2. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias di UHN Medan**

Data hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Dukungan Sosial ( $X_2$ ) berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock* ( $Y$ ). Hal menunjukkan bahwa Adaptasi Sosial berpengaruh secara signifikan terhadap *Culture Shock* sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh William Andre & Arthur Huwae (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan *Culture Shock*, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat *Culture Shock*

yang dialami, dan sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, semakin tinggi tingkat *Culture Shock*.

### 3. Pengaruh Adaptasi Sosial dan Dukungan Sosial Terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias di UHN Medan

Berdasarkan hasil uji F (simultan) pada tabel 3 menunjukkan bahwa nilai  $F_{hitung}$  sebesar 18,811 sedangkan  $F_{tabel}$  sebesar 3,11. Maka diketahui bahwa  $F_{hitung} (18,811) \geq F_{tabel} (3,11)$  dan nilai signifikan sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi secara keseluruhan signifikan. Ini berarti Adaptasi Sosial dan Dukungan Sosial secara bersama-sama (simultan) berpengaruh secara signifikan terhadap *Culture Shock*.

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Chairunnisa Siti, dkk (2022) menunjukkan bahwa hubungan antar kepercayaan dan harga dengan minat beli memiliki kaitannya karena dalam suatu penjualan dapat dikatakan bahwa minat beli konsumen sangat mempengaruhi antara harga dan kepercayaan pada suatu produk yang dijual secara online. Kepercayaan konsumen terhadap produk fashion dari suatu toko online tersebut sangat mempengaruhi dan konsumen dapat secara leluasa untuk bertanya mengenai produk-produk yang dijual melalui media sosial yang dimiliki suatu toko online tersebut.

## IV. SIMPULAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengkajian hipotesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut yang pertama, dari hasil analisis uji t (parsial) yang telah dilakukan dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya Adaptasi Sosial berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias Di UHN Medan. Kedua, dari hasil analisis uji t (parsial) yang telah dilakukan menyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya Dukungan Sosial berpengaruh terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias Di UHN Medan. Ketiga, dari hasil uji F (simultan) yang telah dilakukan

menunjukkan bahwa Adaptasi Sosial dan Dukungan Sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *Culture Shock* Mahasiswa Rantau Nias Di UHN Medan.

### B. Saran

Bagi Mahasiswa Rantau Nias, disarankan untuk lebih aktif dalam kegiatan sosial dan akademik di kampus agar dapat meningkatkan kemampuan adaptasi sosial. Mengikuti organisasi atau komunitas yang relevan dapat menjadi langkah awal dalam membangun interaksi sosial yang lebih luas. Dan untuk Penelitian Selanjutnya, disarankan agar penelitian lebih lanjut dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi *Culture Shock*, seperti faktor psikologis, ekonomi, atau sistem pendidikan, agar hasil penelitian lebih komprehensif dan bermanfaat bagi pengembangan kebijakan pendidikan dan sosial.

## DAFTAR RUJUKAN

- Alasmari, A. A. (2023). Challenges and social adaptation of international students in Saudi Arabia. *Heliyon*, 9(5).
- Alnadi, A., & Sari, C. A. K. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah. *Proyeksi*, 16(2), 153-165.
- Andre, W., & Huwae, A. (2022). Dukungan Sosial dan *Culture Shock* pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan di Salatiga. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1249-1258.
- Devinta, M. (2016). Fenomena *Culture Shock* (gegar budaya) pada mahasiswa perantauan di Yogyakarta. *E-Societas: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 5(3).
- Faridz, M. F. A. (2024). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Smpn 1 Sukolilo Pati* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Hediati, H. D. (2020). *Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Kaban, A. A., & Widodo, Y. H. (2024). Kemampuan Beradaptasi Sosial Mahasiswa Batak di Lingkungan Yogyakarta. *Nian Tana Sikka: Jurnal ilmiah Mahasiswa*, 2(4), 39-48.
- Maizan, S. H., Bashori, K., & Hayati, E. N. (2020). Analytical theory: Gegar budaya (*Culture Shock*). *Psycho Idea*, 18(2), 147-154.
- Mu'ti, A., Sururin, S., Ramadhan, Y. L., Robbany, T. M., & Muslim, M. (2023). Psikologi Santri (Analisis) Proses Adaptasi dan Penyesuaian Diri Santri di

- Indonesia. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(02).
- Noorrahman, M. F., Sairin, M., & Janati, J. (2023). Peran Dukungan Sosial Dalam Mengurangi Prasangka Sosial Pada Mahasiswa Baru Yang Berstatus Sebagai Mahasiswa Pendetang. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), 1751-1756.
- Permata, C. (2024). *Komunitas Dan Perubahan: Membangun Dukungan Sosial Untuk Transformasi Pribadi*. Cv. Garuda Mas Sejahtera.
- Prayoga, A. P., & Handoyo, P. (2023). Pola Adaptasi Mahasiswa Rantau Luar Surabaya Dalam Menghadapi Culture Shock. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 25(2), 153-158.
- Shirayev, E., & Levy, D. A. (2012). *Psikologi lintas kultural: pemikiran kritis dan terapan modern*. Kencana.
- Kuantitatif, P. P. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Zu'am, F. A. (2021). Hubungan internal locus of control dan dukungan sosial dengan homesickness pada santri baru di pondok pesantren Al Ishlah Mangkang Kulon. *Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*.