

GAMBARAN *CULTURE SHOCK* DAN PROSES ADAPTASI MAHASISWA/I TAHUN PERTAMA DI ASRAMA PUTERA DAN PUTERI STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN TAHUN 2022

Gita Permata Hatika*¹, Annastasia Maratning², Maria Frani Ayu Andari Dias³
^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin, 70116, Indonesia
E-mail: gitaphatika@gmail.com

ABSTRACT

New students can certainly experience changes and prompt culture shock. The adaptation process undertaken during the adjustment period in a new place, such as a dormitory, can increase or decrease culture shock. To describe culture shock and adaptation process of first year nursing students in Male and Female Dormitory of STIKES Suaka Insan. The degree of culture shock experienced by students living in both Male and Female STIKES Suaka Insan's dormitory was low as many as 38 respondents (90%) and the level of adaptation was high at 38 respondents (90%). Socialization activities carried out by students, helps the adaptation process, and reduces the degree of culture shock for first year students living in dormitories. Suggestions for dormitories administrators to prepare activities increasing socialization efforts during the orientation of dorm life.

Keywords : *Dormitory , Culture shock , Adaptation Process , Students Nurse*

ABSTRAK

Mahasiswa baru dapat dipastikan mengalami perubahan, yang dapat mendorong terjadinya *culture shock*. Proses adaptasi yang dijalani selama masa penyesuaian diri di tempat yang baru, seperti asrama, dapat menambah atau mengurangi *culture shock*. Mendeskripsikan *Culture Shock* dan Proses Adaptasi Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022. Derajat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa/I yang tinggal di asrama STIKES Suaka Insan adalah rendah sebanyak 38 responden (90%) dan tingkat adaptasi untuk tinggal di asrama tinggi yaitu sebesar 38 responden (90%). Aktivitas sosialisasi yang tinggi, yang dilakukan oleh mahasiswa/I membantu proses adaptasi dan mengurangi derajat *culture shock* pada mahasiswa/I tahun pertama yang tinggal di asrama. Saran kepada pengurus asrama agar menyiapkan kegiatan atau aktivitas yang dapat meningkatkan upaya bersosialisasi saat orientasi kehidupan asrama.

Kata Kunci : *Asrama, Culture shock, Proses Adaptasi, Mahasiswa Perawat*

Pendahuluan

Mahasiswa baru merupakan peralihan dari masa remaja pertengahan ke masa remaja akhir atau status baru yang di sandang oleh remaja akhir yang sedang duduk di bangku tahun pertama perkuliahan. Menjadi mahasiswa keperawatan tentu sangat menarik sekaligus menantang terutama bagi seorang mahasiswa baru. Tuntutan untuk beradaptasi dengan kehidupan menjadi seorang mahasiswa cukup sulit, karena mahasiswa harus mampu mengikuti pembelajaran yang saat ini masih menggunakan sistem *daring*, tuntutan untuk mampu berperan aktif, selalu punya inisiatif dalam proses pembelajaran, bahkan

mahasiswa itu harus mampu belajar secara mandiri dan mengembangkan pembelajaran yang telah didapat tanpa hanya puas dengan pembelajaran saat di kelas.

Perubahan yang terjadi dalam kehidupan seseorang sehingga terpaksa harus beradaptasi dapat disebabkan oleh stressor psikologis (Hasanah et al., 2020). Stressor psikologis pun dialami oleh para mahasiswa yang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi ke kota besar, seperti Banjarmasin, tepatnya di STIKES Suaka Insan. Mahasiswa yang terdaftar di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin ini berasal dari berbagai daerah bahkan kota di luar Banjarmasin, seperti dari Pelaihari, Palangka Raya, Sampit, Tamiang Layang, Lamandau,

dan masih banyak lagi yang termasuk daerah pedesaan bahkan dari luar pulau pun ada seperti dari Nusa Tenggara Timur. Perbedaan budaya, Bahasa, kebiasaan dan teman yang baru menjadikan tantangan tersendiri bagi mahasiswa tahun pertama.

Seorang tokoh yang mengembangkan model konseptual “adaptasi”, sister Callista Roy mengatakan bahwa ketahanan dan kemampuan adaptasi yang baik dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis yang besar, memerlukan suatu proses dan luaran saat manusia berpikir dan merasa, sebagai individu maupun kelompok, menggunakan kesadaran dan pilihan untuk menciptakan keterpaduan antara manusia dan lingkungannya. Roy mendefinisikan adaptasi adalah sebagai suatu proses positif individu, keluarga, kelompok, atau masyarakat terhadap perubahan lingkungan (Alligood, 2017).

Mitasari & Istikomayanti (2019) mengatakan, mahasiswa baru di tahun pertama akan mengalami *culture shock* di tempat ia melanjutkan pendidikan perguruan tingginya, hal ini terjadi karena keadaan lingkungan yang berbeda jauh dengan daerah asalnya. *Culture shock* tentu menimbulkan dampak yang tidak baik, pernyataan ini didukung pula dalam Hutapea (2014) yang menyebutkan bahwa *culture shock* atau “kejut budaya” adalah keadaan bingung dalam berhubungan dengan lingkungan baru, sehingga dapat memicu emosi negatif. Sedangkan menurut Chafsoh (2020) *culture shock* adalah istilah psikologis yang menggambarkan perasaan takut, khawatir, gelisah yang berlebihan terhadap lingkungan baru akibat perbedaan budaya. Perasaan lainnya yang muncul meliputi perasaan tidak berdaya, rasa takut, gelisah, menarik diri dari lingkungan sosial maupun keluarga, rendah diri, merasa diri tak berharga dan ketidakmampuan mengatasi tututan lingkungan, sehingga hal tersebut bisa mempengaruhi pola kehidupan individu. Seperti gangguan pola makan, gangguan tidur, sulit berkonsentrasi, menyendiri, dan mengalami stress yang berkepanjangan.

Asrama STIKES Suaka Insan adalah salah satu bentuk hunian dengan orang-orang didalamnya dapat dikatakan sebagai suatu komunitas atau kelompok yang ada di lingkungan kampus STIKES Suaka Insan Banjarmasin. Asrama ini menjadi rumah bagi anak-anak perantauan khususnya mahasiswa tahun pertama, jelas bukan hal baru jika mahasiswa tahun pertama akan mengalami proses adaptasi dimana akan ada hambatan dan tantangan seperti perbedaan Bahasa, suasana, kebiasaan, makanan, budaya, dan moral etika bagi mahasiswa/I baru yang tinggal di asrama Suaka Insan. Menurut Utari Rahmania, Sutapa Mada (2014) untuk merasakan kenyamanan dalam kehidupan tinggal di lingkungan asrama mahasiswa baru penghuni asrama memerlukan waktu untuk beradaptasi.

Penyesuaian diri tentu saja sangat diperlukan oleh mahasiswa, karena jika mahasiswa tidak mampu

menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya maka dalam proses adaptasinya individu tersebut memiliki kecenderungan untuk mengalami *culture shock*, yang ditandai dengan perasaan terasingkan dan ketidaknyamanan dengan budaya baru yang berbeda dengan budaya lamanya (Siregar & Kustanti, 2018).

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan cara melakukan observasi dan wawancara yang dilaksanakan pada 31 Oktober 2021 sampai dengan 02 November 2021 terhadap mahasiswa/I semester 1, 3, 5, dan 7 yang pernah tinggal di asrama putera maupun asrama puteri Suaka Insan Banjarmasin. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan *Google form*, dan melibatkan sebanyak 30 orang.

Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa mahasiswa baru tahun pertama cenderung mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Mahasiswa baru harus menerima kenyataan diwajibkan tinggal di asrama sekurang-kurangnya dua tahun, hal ini membuat banyak dari anak-anak asrama putri terutama, mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Kehidupan di asrama yang tentu jauh berbeda dari kebiasaan mereka saat masih tinggal bersama orang tua, beberapa kasus yang terjadi adalah beberapa mahasiswa yang tidak cukup mampu bertahan biasanya mereka akan langsung keluar dari asrama sebelum kontrak waktu yang disepakati ketika mereka pertama kali masuk. Banyak dari anak asrama yang pernah tinggal di asrama sebelumnya mengeluhkan tentang betapa sulitnya beradaptasi dengan jenis makanan yang disediakan, peraturan-peraturan yang jauh berbeda dari ketika dulu masih tinggal bersama orang tua, kesulitan pada saat memenuhi kebutuhan eliminasi karena kamar kecil yang tersedia di asrama jauh berbeda dengan yang ada di rumah mereka. Dapat dilihat jika hal-hal yang dikeluhkan oleh beberapa anak asrama, membuktikan bahwa mereka mengalami kejut budaya (*culture shock*) terhadap kultur yang ada di asrama.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan mengajukan pertanyaan terbuka kepada mantan anak asrama STIKES Suaka Insan, oleh sebab itu muncul berbagai jawaban seperti kesan pertama kali saat tinggal di asrama menyatakan bahwa muncul perasaan asing, aneh, kaget, dan takut tidak bisa beradaptasi, selalu merasa ingin pulang karena rindu orang tua dan suasana rumah, canggung untuk bersosialisasi karena belum mengenal siapa-siapa, merasa bingung antara senang atau sedih, *shock* dengan fasilitas yang diberikan asrama seperti yang disebutkan adalah keadaan kamar mandi dan WC yang pintunya seperti setengah tertutup, bahkan ada ungkapan merasa sengsara dan hidup penuh dengan peraturan dan ketentuan yang dibuat oleh asrama. Dapat dilihat jika mahasiswa tahun pertama memang mengalami masa

transisi yang signifikan dari yang dulunya sebagai pelajar SMA kini memasuki jenjang yang lebih tinggi yaitu sebagai seorang mahasiswa dan juga perubahan baru bagi mereka yang terbiasa hidup dengan orang tua kini harus merantau demi pendidikan dan cita-cita mereka.

Mahasiswa/I baru yang tinggal di asrama putera/I Suaka Insan, mengalami kesulitan selama dalam proses awal kehidupan di asrama. Berbagai macam tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa/I tahun pertama antara lain, kesulitan berbaur dengan teman baru atau pun dengan kakak tingkat, adanya kewajiban untuk doa bersama setiap malam, jam keluar yang dibatasi, kewajiban kerja bakti setiap hari minggu, permasalahan dengan peraturan asrama yang membuat tidak nyaman, sering ditegur oleh kakak tingkat, teman sekamar yang tidak cocok, sering mengalami kehilangan barang, pakaian bahkan uang, serta keluhan tentang makanan yang disediakan oleh asrama yang tidak sesuai selera dan sering tidak kebagian makanan. Dari berbagai macam tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa/I tahun pertama di asrama, membuat banyak dari mereka memutuskan untuk keluar dari asrama. Hasil wawancara ini juga sejalan dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan disebarluaskan menggunakan *google form*. Hasil studi pendahuluan menunjukkan lima alasan terbesar mengapa mereka merasa “tidak betah” tinggal di asrama. Kelima alasan tersebut adalah 1) Keinginan untuk tinggal dan hidup mandiri di tempat lain (Kost) (44,7%), 2) memiliki masalah dengan makanan yang disediakan selama tinggal di asrama (40,4%), 3) jam keluar yang dibatasi (29,8%), 4) memiliki masalah dengan peraturan yang diberlakukan di asrama (27,7%) dan 5) Biaya asrama yang mahal (23,4%). Selain itu, mayoritas dari mahasiswa/I ini mengatakan bahwa kehidupan di asrama sangat tidak sesuai dengan yang mereka harapkan (57,4%).

Tinggal di asrama memang merupakan sebuah kewajiban bagi mahasiswa/i baru dan hal tersebut bisa dikatakan sudah menjadi bagian dari persyaratan saat masuk menjadi mahasiswa di STIKES Suaka Insan. Hal ini diperkuat dengan data yang menunjukkan bahwa 72,3% mengatakan bahwa tinggal di asrama adalah sebuah kewajiban untuk mahasiswa/I baru. Meskipun masuk ke asrama adalah sebuah kewajiban mahasiswa/I baru, melalui penelusuran dokumen dan tanya jawab yang dilakukan oleh peneliti terhadap petugas penerimaan mahasiswa baru menunjukkan bahwa tidak ada dokumen tertulis berupa Surat Keputusan (SK) dari Ketua STIKES Suaka Insan yang menyatakan bahwa mahasiswa/I baru wajib untuk masuk ke asrama setidaknya 1 tahun. Mahasiswa/I baru hanya diminta menandatangani surat pernyataan yang menyatakan kesediaan mereka untuk tinggal awal di asrama selama 1 tahun. Lebih lanjut, mengenai alasan

mereka untuk tinggal di asrama, selanjutnya, sebesar 27,7% menyatakan, tinggal di asrama itu karena tuntutan orang tua mereka, 19,1% mengatakan karena keinginan sendiri, dan hanya sebesar 10,6% alasan untuk tinggal di asrama karena tidak ada pilihan lain. Alasan untuk tinggal di asrama ini dapat menjadi beban yang berkontribusi pada kesulitan mahasiswa/I untuk dapat beradaptasi dengan keadaan di asrama, disamping keadaan lingkungan asrama yang benar-benar berbeda dengan lingkungan sebelumnya anak-anak asrama.

Culture shock perlu diteliti agar dapat mengetahui penyebab dari mahasiswa baru yang tinggal di asrama putri STIKES Suaka Insan mengalami kesulitan dalam beradaptasi. Terlebih lagi penelitian ini merupakan penelitian pertama yang meneliti fasilitas penunjang sekolah kesehatan, yaitu asrama. Penelitian ini juga adalah penelitian pertama di lingkungan STIKES Suaka Insan, yang mengangkat fenomena *culture shock* yang terjadi pada mahasiswa/I tahun pertama yang tinggal di asrama. Jika permasalahan *culture shock* dan proses adaptasi pada mahasiswa tahun pertama ini tidak diteliti, maka akan dapat mengancam keberlangsungan pendidikan dan proses belajar mengajar mahasiswa/I yang bersangkutan. Lebih luas lagi, kesulitan dalam skala individu ini dapat mempengaruhi kesehatan fisik, emosional, psikologis, sosial, bahkan spiritual dari Mahasiswa/I yang bersangkutan.

Ketidakmampuan Mahasiswa/I ini untuk menghadapi kejadian *culture shock* dan beradaptasi dengan kehidupan tempat tinggal (asrama) dapat memunculkan pembentukan coping yang tidak efektif atau bahkan maladaptif. Bentuk dari coping yang tidak efektif ini adalah berupa perilaku-perilaku yang menyimpang, dan dapat dilihat dari peningkatan jumlah pelanggaran peraturan asrama dan masih banyak lagi. Jika hal ini terjadi, citra asrama di mata orang luar dapat berdampak sangat besar. Hal ini pun akan berpengaruh pada pandangan akan kualitas dari asrama itu sendiri.

Peneliti meyakini bahwa penelitian ini perlu dilakukan demi tersedianya dukungan layanan fasilitas dan didikan moral yang baik bagi seluruh penghuni asrama baik asrama putera dan asrama puteri. Besar harapan peneliti agar nantinya penelitian ini menghasilkan beberapa saran yang dapat digunakan untuk menyusun standar operasional prosedur untuk mempercepat proses adaptasi bagi mahasiswa tahun pertama serta meningkatkan kemampuan sosial, disamping kemampuan intelektual dari mahasiswa/I di STIKES Suaka Insan.

Metode

Penelitian ini berjenis deskriptif kuantitatif dengan pengambilan data secara *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa/I yang tinggal di asrama STIKES Suaka Insan berjumlah 92 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total *sampling*, terhadap 42 responden sebagai sampel, yang merupakan Mahasiswa/I tahun pertama. Waktu penelitian dilakukan pada 16 Mei-22 Mei 2022. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *culture shock* dan proses adaptasi yang sudah diuji validitas dan reliabilitas. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel *culture shock* dan variabel proses adaptasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif, dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022

No	Karakteristik Responden	N (%)
1	Usia	
	18 tahun	24 (57%)
	19 tahun	16 (38%)
	20 tahun	2 (5%)
	Total	42 (100%)
2	Jenis Kelamin	
	Laki-laki	8 (19%)
	Perempuan	34 (81%)
	Total	42 (100%)

Sumber : Data Primer (2022)

Hasil tabel 1 menunjukkan karakteristik responden yang digunakan untuk penelitian pada tahun 2022. Mayoritas responden adalah berusia 18 tahun (57%), berjenis kelamin perempuan (81%).

Departemen Kesehatan RI tahun 2009 mengklasifikasikan usia terbagi menjadi empat yaitu, usia 17-25 merupakan remaja akhir, 26-35 masa dewasa awal, 36-45 masa dewasa akhir, 46-55 masa lansia awal. Pada tabel 4.1 distribusi frekuensi usia mayoritas reponden pada masa reaja akhir, 18 tahun sebanyak 24 (57%). Pada usia 18 tahun perkembangan remaja sudah mencapai fase terakhir, yaitu *late period*. Biasanya, sifat impulsive yang mereka punya menjadi lebih terkendali dibandingkan dengan usia sebelumnya bahkan mampu untuk mempertahankan kemandirian

sekaligus mencoba dunia baru yang sudah lama diinginkan seperti memasuki jenjang perguruan tinggi (Adlina, 2021).

Data karakteristik responden di asrama STIKES Suaka Insan berdasarkan jenis kelamin menunjukkan jumlah Mahasiswa/I perempuan yang lebih banyak dibandingkan dengan yang laki-laki. Perawat sebagian besar identik dengan jenis kelamin perempuan maka dalam proses pendidikan ditemukan sebagian besar mahasiswa yang mengikuti perkuliahan keperawatan adalah perempuan. Mahasiswa perempuan memiliki minat yang tinggi terhadap motivasi dalam belajar. Motivasi belajar erat kaitannya dengan aktivitas belajar yang dilakukan oleh mahasiswa perempuan untuk menjadi perawat (Rahmawati et al., 2021)

Assesment Awal

Tabel 2. Hasil Assesment Awal Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022

No	Assesment Awal	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Pertama kali tinggal di asrama	33 (79%)	9 (21%)
2	Riwayat berpindah-pindah atau jauh dari orang tua saat menempuh pendidikan	16 (38%)	26 (62%)
3	Selama di asrama memiliki riwayat pernah melaporkan atau mengkonsultasikan masalah kesehatan fisik	13 (31%)	29 (69%)
4	Selama di asrama memiliki riwayat pernah melaporkan atau mengkonsultasikan masalah kesehatan emosional	10 (24%)	32 (76%)
5	Selama di asrama memiliki riwayat berkonsultasi dengan pengurus asrama terkait dengan masalah atau kendala hidup tinggal di asrama	13 (31%)	29 (69%)

Sumber : Data Primer (2022)

Hasil tabel 2 di atas adalah hasil pengkajian awal pengalaman tinggal di asrama responden pada

tahun 2022. Mayoritas responden menyatakan bahwa mereka baru pertama kali tinggal di asrama (33 orang, 79%). Sebanyak 29 responden (62%) yang tinggal di asrama sebelumnya tidak memiliki riwayat berpindah-pindah atau tinggal jauh dari orang tua saat menempuh pendidikan dan semasa sekolah. Selama tinggal di asrama, ditemukan bahwa anak asrama sebagian besar tidak melaporkan keluhan kesehatan fisik (29 orang, 69%) dan emosional (32 orang, 76%). Selanjutnya, sebanyak 29 responden (69%) menyatakan bahwa mereka tidak pernah mendatangi atau berkonsultasi dengan pengurus asrama terkait dengan masalah tinggal di asrama.

Hasil pengkajian awal menyatakan masih banyak anak asrama yang memiliki pengalaman pertama kali tinggal di asrama, tidak pernah berpindah-pindah atau jauh dari orang tua, hal ini dapat menambahkan berat masalah proses adaptasi, atau dapat saja menjadi kontributor masalah *culture shock* dalam penelitian ini.

Namun terlepas dari masalah itu hasil penelitian menunjukkan bahwa *culture shock* rendah, dan proses adaptasi tinggi, dalam hal ini faktor "waktu" pengambilan atau pelaksanaan penelitian sangat mempengaruhi perubahan atau pembentukan hasil dalam penelitian ini.

Hasil Analisa Univariat

Tabel 3. Derajat *Culture Shock* Berdasarkan Dimensi *Culture Shock* Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022

Parameter <i>Culture Shock</i>	Hasil Ukur	N	Persentase
<i>Affect</i> (Afeksi)	Rendah	34	81%
	Tinggi	8	19%
<i>Behaviour</i> (Tingkah laku)	Rendah	38	90%
	Tinggi	4	10%
<i>Cognitions</i> (Kognisi)	Rendah	25	60%
	Tinggi	17	40%

Sumber : Data Primer (2022)

Data yang tersaji pada tabel 4.3 menunjukkan dimensi *culture shock* mayoritas berada pada derajat rendah terlihat pada *Affect* (Afeksi) (34, 81%), *Behaviour* (Tingkah laku) (38, 90%), *Cognitions* (Kognisi) (25, 60%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Culture Shock* Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022

Derajat <i>Culture Shock</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	38	90%
Tinggi	4	10%
Total	42	100%

Sumber : Data Primer (2022)

Data yang tersaji pada tabel 4 menunjukkan keadaan *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa/I tahun pertama di asrama putera dan puteri STIKES Suaka Insan, hasil ukurnya adalah rendah, dapat dilihat dari persentase hasil penelitian yang menunjukkan ada sebanyak 38 responden (90%). Sedangkan kejadian *culture shock* yang tinggi persentasenya hanya 4 responden (10%) diukur setelah hampir satu tahun mereka tinggal atau hidup di asrama.

Tabel 5. Tingkat Adaptasi Berdasarkan Parameter Proses Adaptasi Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022.

Parameter Proses Adaptasi	Hasil Ukur	N	Persentase
Persepsi yang akurat terhadap realitas	Rendah	13	31%
	Tinggi	29	69%
Kemampuan mengatasi stress dan kecemasan	Rendah	2	5%
	Tinggi	40	95%
Gambaran diri yang positif	Rendah	27	64%
	Tinggi	15	36%
Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan	Rendah	11	26%
	Tinggi	31	74%
Hubungan interpersonal dengan baik	Rendah	9	21%
	Tinggi	33	79%

Sumber : Data Primer (2022)

Data yang tersaji pada tabel 5 menunjukkan ciri-ciri kemampuan menyesuaikan diri berdasarkan tingkat proses adaptasi. Pada kemampuan mengatasi stress dan kecemasan menunjukkan hasil yang tinggi (40, 95%), hasil yang tinggi juga ditemukan pada pengukuran hubungan interpersonal dengan baik (33, 79%), kemampuan untuk mengungkapkan perasaan (31, 74%), dan persepsi yang akurat terhadap realitas (29, 69%), tetapi pada pengukuran gambar diri yang positif menyatakan nilai yang masih rendah (27, 64%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Proses Adaptasi Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022

Tingkat Proses Adaptasi	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	4	10%
Tinggi	38	90%
Total	42	100%

Sumber : Data Primer (2022)

Data tabel 6 data untuk hasil ukur proses adaptasi mahasiswa/i tahun pertama di asrama putera dan puteri STIKES Suaka Insan adalah tinggi hal ini dapat dilihat dari persentase hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada sebanyak 38 responden (90%) sedangkan hasil ukur rendah hanya sebanyak 4 (10%).

Pembahasan

Asrama STIKES Suaka Insan dihuni oleh mahasiswa/i dengan suku, budaya dan kebiasaan yang berbeda, sehingga memunculkan pandangan berbeda pada masing-masing penghuninya. Bercampurnya mahasiswa dengan identitas budaya yang berbeda-beda dalam suatu daerah bukanlah hal baru, yang terjadi di wilayah Indonesia. Hal tersebut disebabkan oleh tingginya gerak sosial geografis oleh seorang individu atau kelompok individu di atas kemajemukan budaya, suku bangsa, agama, bahasa, adat istiadat dan sebagainya yang terdapat di Indonesia yang sangat memungkinkan terjadinya kontak budaya diantara penduduk Indonesia. Maka tidak heran jika potensi terjadinya *culture shock* diantara perantau yang tinggal di suatu daerah baru juga akan semakin besar.

Asrama STIKES Suaka Insan terbagi menjadi dua, yaitu asrama putera dan asrama puteri. Kedua asrama ini memiliki lokasi yang berbeda dan manajemen kepengurusan yang berbeda pula. Untuk asrama puteri stuktur organisasinya terdiri dari ketua asrama, wakil ketua, seksi kebersihan, seksi kesehatan dan seksi keamanan, serta ada pembimbing asrama salah seorang dosen pengajar di STIKES Suaka Insan. Selain itu asrama puteri berdampingan dengan susteran SPC dan bangunannya diapit oleh yayasan pendidikan dan yayasan kesehatan Suaka Insan karena letaknya di tengah-tengah bangunan rumah sakit Suaka Insan dan kampus STIKES Suaka Insan. Sedangkan asrama putera, struktur organisasinya terdiri dari, ketua asrama, wakil ketua, seksi kebersihan, seksi kesehatan, seksi keamanan, seksi kerohanian. Sayangnya, tidak ada pembimbing asrama yang tinggal bersama mereka.

Telah diketahui bahwa peraturan khusus yang diterapkan bagi mahasiswa tahun pertama atau mahasiswa baru untuk tinggal di asrama selama satu

tahun atau dua semester hanya dibuktikan dengan surat pernyataan yang dikeluarkan oleh pihak Biro Administrasi Akademik (BAA) yang ditandatangani di atas materai. Tetapi, peneliti tidak menemukan adanya surat keputusan atau SK yang menyatakan bahwa mahasiswa/i baru wajib untuk tinggal di asrama selama satu tahun penuh. Pemberlakuan peraturan wajib tinggal di asrama selama satu tahun, bertujuan agar mahasiswa/i tahun pertama dapat beradaptasi dengan lingkungan kampus dan asrama, mempelajari nilai-nilai hidup, yang akan membantu mereka dalam melangkah ke tahun-tahun pendidikan di sekolah tinggi selanjutnya.

Culture Shock atau gegar budaya merupakan gejala awal yang terjadi pada perantau yang kemudian diikuti oleh adaptasi budaya. Pada tahap inilah, yang kemudian menjadi momentum seseorang untuk mengambil keputusan dalam beradaptasi. Hal-hal yang terjadi selama menghadapi *culture shock* yang kemudian menjadi perbincangan pemilihan keputusan seseorang dalam beradaptasi. Fenomena *culture shock* seperti ini biasanya terjadi ketika mahasiswa perantau mencoba beradaptasi dengan mahasiswa perantau lain yang ditemuinya dengan latarbudaya yang berbeda (Fuadi, 2018). Para mahasiswa ini umumnya memiliki unsur budaya yang berbeda terlebih pada bahasa mereka masing-masing.

Diantara beberapa persoalan beradaptasi yang dialami mahasiswa, salah satu persoalan yang paling mendasar adalah gegar budaya. Fenomena ini dianggap persoalan mendasar karena seringkali fenomena inilah yang menjadi akar dari berbagai kesulitan penyesuaian diri yang dialami oleh masing-masing mahasiswa tersebut. Proses ini (adaptasi) menjadi suatu kejadian alamiah yang pasti dilalui oleh tiap individu dalam berinteraksi di lingkungannya. Akan tetapi, pada prakteknya seringkali tercipta perbedaan yang signifikan dalam adaptasi yang terjadi, sekalipun berasal dari daerah yang sama.

Pada tahap awal kehidupan seorang mahasiswa di tempat rantauan ia 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 seperti tinggal di asrama untuk pertama kalinya.

Budaya yang baru dapat berpotensi menimbulkan tekanan, karena memahami dan menerima nilai-nilai budaya lain bukanlah hal yang instan serta menjadi suatu hal yang sepenuhnya berjalan dengan mudah (Natsir et al., 2019).

Kemampuan adaptasi di tahun pertama kuliah adalah suatu proses yang sangat penting. Hal ini didasari pada bagaimana mahasiswa meletakkan fondasi yang akan menjadi dasar kehidupan kampus selama empat tahun kedepan. Dilihat dari sisi perkembangan, mayoritas responden dalam penelitian

ini berada pada masa transisi remaja akhir menuju dewasa awal. Pada masa remaja akhir memiliki tugas perkembangan yang meliputi mencapai pola hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya yang berbeda jenis kelamin sesuai dengan keyakinan dan etika moral yang berlaku di masyarakat, mencapai peranan sosial yang selaras dengan tuntutan sosial dan kultural masyarakat, menerima dan mencapai tingkah laku sosial tertentu yang bertanggung jawab di tengah-tengah masyarakat, mulai menjadi diri sendiri, mempersiapkan diri untuk mencapai karir (jabatan dan profesi) tertentu dalam bidang kehidupan ekonomi (Herlina, 2013).

Masa transisi ini menyumbang pentingnya kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi di tahun pertamanya sebagai indikator yang baik untuk perjalanan perkuliahannya karena salah satu tahap perkembangan remaja adalah mereka mulai berpikir tentang bidang pekerjaan atau jurusan profesi apa yang mereka inginkan dan sanggup dijalani untuk kehidupan masa depannya. Konsep diri seorang remaja akhir penting karena keyakinan mereka tentang pencapaian ditentukan oleh usaha (F. N. R. Dewi, 2021). Arnett dalam (Rahmadani & Rahmawati, 2020) menyebutkan kriteria ketuntasan tugas perkembangan pada masa dewasa awal menekankan pada kemampuan internal seperti kontrol diri, tanggung jawab, kemampuan mengambil keputusan, serta kemandirian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran *culture shock* pada mahasiswa/I asrama tahun pertama di asrama STIKES Suaka Insan—berada pada tingkatan rendah, sedangkan gambaran proses adaptasi dari mahasiswa asrama tahun pertama di asrama STIKES Suaka Insan—adalah tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Siregar & Kustanti (2018) yang menyatakan bahwa wajar jika ada perbedaan hasil antara *culture shock* dan proses adaptasi.

Pengalaman *culture shock* bersifat normal terjadi pada mahasiswa perantauan yang memulai kehidupan baru dengan situasi dan kondisi lingkungan sosial budaya yang berbeda dengan tempat tinggal sebelumnya (Marselina 2015). Hal ini juga terjadi pada Mahasiswa/I yang tinggal di asrama STIKES Suaka Insan.

Devita et al. (2015) menyatakan bahwa keadaan *culture shock* pada mahasiswa yang merantau atau perantau menyebabkan rasa frustrasi dan putus asa, akan tetapi, keadaan ini bersifat tidak permanen. Secara berangsur-angsur mahasiswa perantauan akan belajar untuk berbaur dengan masyarakat sekitarnya, dilanjutkan dengan upaya untuk memahami pola serta budaya di tempat tinggal baru mereka.

Beberapa perubahan yang bersifat tidak permanen di temukan dalam penelitian ini seperti pada hasil wawancara di studi pendahuluan peneliti menemukan kesan pertama tinggal di asrama, mereka mengungkapkan adanya perasaan asing, aneh, kaget,

takut tidak bisa beradaptasi, selalu merasa ingin pulang, canggung untuk bersosialisasi dan lain sebagainya. Tetapi pada saat peneliti melakukan pengambilan data kembali untuk penelitian ini, hal yang berbeda justru muncul seperti pernyataan pada tabel 4.3 bahwa mahasiswa/I yang tinggal di asrama menyatakan mereka *senang memiliki teman yang berbeda asal dengan mereka* (Pertanyaan nomor 3), serta kesan pertama tinggal di asrama yang diungkapkan adalah menyenangkan. Akan tetapi tanda gejala stress yang di alami mahasiswa/I baru ketika pertama kali tinggal di asrama seperti perasaan takut, gugup, merasa terbebani, belum terbiasa karena baru, perlu banyak belajar, dan membosankan juga muncul.

Budaya baru dan kebiasaan atau pola kehidupan di lingkungan yang baru dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat menyebabkan permasalahan *culture shock* seperti, rasa cemas, masih merindukan rumah, kesepian, perbedaan kebiasaan, dan bahasa. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan komunikasi yang baik yang disebut dengan komunikasi antar budaya. Komunikasi antar budaya merupakan bentuk komunikasi satu individu atau kelompok yang memiliki perbedaan latar belakang kebudayaan agar tetap bisa saling bertukar ide, pendapat, pikiran, atau makna dari budaya masing-masing (Natsir et al., 2019).

Untuk mengatasi atau mempercepat masa peralihan atau mengurangi tanda gejala stress bisa dilakukan dengan beradaptasi, berusaha untuk menerima budaya ditempat yang baru. Proses adaptasi akan membutuhkan waktu melalui proses belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Fuadi (2018) menemukan bahwa, mahasiswa asal Riau yang melanjutkan pendidikan perguruan tinggi di Surakarta berhasil mengatasi *culture shock* dengan mengimplementasikan beberapa cara seperti, membangun hubungan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, menemukan kesamaan antar budaya agar menciptakan keakraban.

Mahasiswa/I yang menjadi responden merupakan mahasiswa tahun pertama yang tinggal di asrama, akan tetapi pada saat melakukan penelitian, responden yang diteliti oleh peneliti sudah tinggal di asrama kurang lebih dua semester, sehingga mereka tentu telah mengatasi *culture shock* dan berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan, kebudayaan, dan komunitas baru pada saat mereka tinggal di asrama. Teori *stress-adaptation-growth dynamic* oleh Young Yun Kim dalam penelitian Widyaningrum pada tahun 2017 tentang adaptasi mahasiswa asing di Universitas Muhammadiyah Surakarta menyebutkan bahwa adaptasi yang terjadi sangat dipengaruhi oleh waktu. Waktu akan menentukan bagaimana individu dapat beradaptasi dengan lingkungan atau situasi yang dialami, disamping interaksi yang individu lakukan dalam kesehariannya (Widyaningrum et al., 2017). Hal ini sejalan dengan pendapat Samovar tentang individu

akan mengalami *culture shock* pada saat minggu pertama kedatangannya di lingkungan atau tempat tinggal yang baru, tetapi masalah *culture shock* yang dialami akan teratasi seiring berjalannya waktu atau dalam satu tahun pertama tinggal dan hidup di asrama (Samovar, Potter, & McDaniel, 2010).

Setiap manusia didalam kehidupan sehari-harinya, akan berhadapan dengan berbagai bentuk penyesuaian diri mulai dari yang sederhana sampai dengan yang rumit. Bagi mahasiswa, penyesuaian diri merupakan usaha mahasiswa dalam menghadapi perubahan ketika merantau dan berada dalam lingkungan baru supaya tercapai keharmonisan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan dalam lingkungan. Proses adaptasi seseorang berlangsung dalam suatu perjalanan waktu yang tidak dapat diperhitungkan dengan tepat, kurun waktunya bisa cepat atau lambat (Hartono, 2016).

Mahasiswa/I yang tinggal di asrama putera maupun asrama puteri tahun pertama, memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi. Hal ini menandakan bahwa mereka telah mampu mengenal dan memahami lingkungan hidup mereka selama berada di asrama. Pemahaman yang baik tentang lingkungan akan membantu meningkatkan adaptasi (Alligood, 2017).

Salah satu dimensi dari teori adaptasi adalah predisposisi adaptif (*Adaptive Predisposition*) yaitu upaya untuk melakukan adaptasi. Dalam teori ini dikatakan bahwa persiapan individu sebelum memasuki lingkungan baru dan kepribadian individu sebagai pendatang saling terhubung. Kunci sukses beradaptasi adalah dengan memiliki kepribadian terbuka dan berani mengambil resiko (Prayusti, 2017 dalam (Handayani, 2018)). Hal ini sejalan dengan saran dari Devinta et al., (2015) yang menyatakan bahwa, kesiapan diri merupakan salah satu syarat yang harus terpenuhi sebelum individu memulai hidup di perantau, terlebih jika seorang individu belum pernah mengenal bagaimana kondisi sosial budaya dan seperti apa lingkungan tempat tinggal yang baru. Hal ini menegaskan bahwa, kesiapan diri diperlukan sebagai bekal yang menentukan keberhasilan proses adaptasi di suatu daerah atau lingkungan yang baru.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dalam penelitian mengenai “Gambaran *Culture Shock* dan Proses Adaptasi Mahasiswa/I Tahun Pertama di Asrama Putera dan Puteri STIKES Suaka Insan Tahun 2022” maka peneliti menyimpulkan bahwa hasil dalam penelitian ini menunjukkan gambaran *culture shock* rendah 38 (90%) dan proses adaptasi tinggi 38 (90%) pada mahasiswa/I perawat dan fisioterapi tahun pertama di asrama putera/I STIKES Suaka Insan.

Dalam penelitian ini, terlihat jelas bahwa mahasiswa/I yang tinggal di asrama STIKES Suaka Insan mampu bertahan dari *culture shock* dan menjalankan proses adaptasi dengan baik karena alasan sosialisasi. Dorongan untuk bersosialisasi atau memiliki teman menjadi alasan dan juga pendorong untuk dapat cepat beradaptasi dengan lingkungan baru.

Saran

1. Bagi pengurus asrama

Pengurus asrama diharapkan dapat memahami dan memaklumi keadaan *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa/I baru, yang akan tinggal di asrama. Peneliti menyarankan kepada pengurus asrama untuk menyiapkan kegiatan atau aktivitas yang dapat meningkatkan upaya bersosialisasi seperti *sharing* asal daerah, hobi, kebiasaan, hal yang disukai dan tidak disukai pada saat orientasi asrama agar bisa saling mengenal, dan pengurus dapat memahami cara berkomunikasi dengan mahasiswa baru dari satu individu dengan yang lainnya.

Jika ada pelanggaran atau masalah asrama yang dilakukan oleh anggota asrama, hukuman berupa denda bisa saja dilakukan. Akan tetapi, saran peneliti adalah menulis refleksi. Melalui tulisan refleksi diri, anak-anak asrama akan melihat kedalam diri mereka, merenungkan perbuatan mereka yang salah, dan dapat mengambil hikmah serta nilai-nilai pembelajaran dari kesalahan yang mereka lakukan, hal ini tentu akan jauh lebih baik dan mudah diterima oleh semua orang.

Terkait cita rasa makanan yang masih dinyatakan kurang sesuai dengan selera lidah mereka, sebaiknya untuk mahasiswa baru selanjutnya setiap pengurus asrama bisa mendata mahasiswa/I baru terkait makanan yang disukai atau tidak disukai, dan makanan yang sengaja dihindari karena alasan alergi serta melaporkan hal ini kepada penanggungjawab asrama. Hal ini diharapkan supaya bisa menjadi pertimbangan dan masukkan bagi para ibu dapur yang memasak atau pada saat pemilihan bahan makanan yang akan di masak, selain itu juga untuk mengupayakan pengeluaran anggaran yang maksimal dan tepat guna.

2. Bagi Suster-suster SPC

Peneliti juga menyarankan agar pada saat rekoleksi, suster dapat membawakan materi terkait gambaran diri yang positif karena hal ini masih rendah ditemukan pada anak-anak asrama. Untuk kegiatan lainnya, suster-suster juga dapat menginisiasi hubungan sosial dan fungsi sosialisasi, karena sosialisasi yang baik antar

semua anak-anak asrama membantu mereka beradaptasi dengan baik. Kecenderungan mereka untuk ingin memiliki teman yang baru bisa diimplementasikan dalam bentuk kegiatan yang membangun keakraban dan kebersamaan.

3. Bagi Institusi pendidikan

Salah satu tujuan mahasiswa/I baru tinggal di asrama dalam kurun waktu tertentu adalah agar mereka dapat dengan mudah beradaptasi dengan kehidupan asrama, dengan harapan agar mereka juga dapat mencapai prestasi belajar yang baik. Peneliti meyakini bahwa ketika anak asrama mampu mengatasi *culture shock* dan bisa beradaptasi dengan baik terhadap kehidupan lingkungan asrama, maka hal yang sama pasti akan bisa dicapai dalam upaya untuk beradaptasi dengan kehidupan akademik di kampus.

4. Bagi peneliti lain

Peneliti lainnya dapat mengembangkan penelitian ini ke penelitian yang lebih lanjut, khususnya yang berkaitan dengan:

- Hubungan *culture shock* dan proses adaptasi pada mahasiswa/I asrama putera/I STIKES Suaka Insan.
- Faktor-faktor yang mempengaruhi *culture shock* dan proses adaptasi mahasiswa/I asrama puter/I STIKES Suaka Insan.
- Hubungan antara data demografi dengan *culture shock* dan proses adaptasi pada mahasiswa/I asrama putera/I STIKES Suakan Insan.

Daftar Pustaka

- Adlina, A. (2021, 8 16). *hellosehat*. Retrieved 6 20, 2022, from hellosehat: <http://www.hallosehat.com>
- Alligood, M. R. (2017). *Pakar Teori Keperawatan*. Singapore: Elsevier.
- Ambarwati, R., & Wuryaningsih, S. H. (2020). *Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa Yang Tinggal Di Asrama Dan Non Asrama Prodi Keperawatan Soetomo Surabaya*. 18(2), 1–4. <https://doi.org/10.35882/jpk.v18i2.1>
- Chafsoh, A. M. (2020). Munculnya Culture Shock Pada Mahasiswa Baru Dalam Perkuliahan Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Sejarah Artikel*, 1(1), 1–11.
- Chasannah, U. (2017). *Perbedaan Culture Shock Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert pada Mahasiswa Asing di UIN SUNAN AMPEL Surabaya*.
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta 1. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1–15.
- Devita, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 5(3), 1–15. <https://adoc.pub/nur-hidayah-dan-grendi-hendrastomo-uny.html>
- Dewi, F. N. R. (2021). Konsep Diri pada Masa Remaja Akhir dalam Kematangan Karir Siswa. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling"*, 5(1), 46–62. <https://doi.org/10.21043/konseling.v5i1.9746>
- Dewi, Y. P., & Mugiarto, H. (2020). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Efikasi Diri dalam Memecahkan Masalah Melalui Konseling Individual di SMK Hidayah Semarang. *JURNAL EDUKASI Jurnal Bimbingan Konseling*, 6, 29–40.
- Donsu, J. D. (2016). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS.
- Febri, F. (2017, November 28). *Dosen Psikologi*. Retrieved Desember 31, 2021, from DosenPsikologi.com: <https://dosenpsikologi.com/teori-penyesuaian-diri>
- Fuadi, M. H. (2018). *Culture Shock Pada Mahasiswa Asal Riau Di Surakarta*.
- Handayani, R. (2018). *Adaptasi Antar Budaya Menghadapi Culture Shock Di Jepang*. *October*, 26–33.
- Hardani. Ustiawaty, J. A. H. (2017). *Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Issue April).
- Hartono, D. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Psikologi*. Jakarta: KEMENKES RI.
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306.
- Hastuti, W. (2008). *Penyesuaian Diri*.
- Herlina. (2013). *Mengatasi Masalah Anak dan Remaja melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama.
- Hutapea, B. (2014). Life Stress, Religiosity, and Personal Adjustment of Indonesian as International Students. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 18(1), 25. <https://doi.org/10.7454/mssh.v18i1.3459>
- Keppres, N. 40 / . (1981). Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 40 Tahun 1981 Tentang Pembangunan Asrama Mahasiswa Untuk Perguruan Tinggi di seluruh Indonesia. *Atmospheric Chemistry and Physics*, 7(1), 1–13.
- Maginnis, C., & Anderson, J. (2017). A discussion of nursing students ' experiences of culture shock during an international clinical placement and the clinical facilitators ' role. *Contemporary Nurse*, 0(0), 1–7.

- <https://doi.org/10.1080/10376178.2017.1353397>
- Maizan, S. H., Bashori, K., & Hayati, E. N. (2020). Analytical Theory: Gear Budaya (Culture Shock). *Psycho Idea*, 18(2), 147. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i2.6566>
- Mitasari, Z., & Istikomayanti, Y. (2019). 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. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i2.4316>
- Natsir, M. J., Lisnawati, L., Yusriana, Fatiha, N., & Nurfadiah, S. (2019). Komunikasi Antar Budaya Pdf. *Komunikasi Antar Budaya*.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan Ed. Rev.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oberg, K. (1960). Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. *Practical Anthropology*, os-7(4), 177–182. <https://doi.org/10.1177/009182966000700405>
- Pamungkas, R. A., & Usman, A. M. (2017). *Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Pann. (2019, April 6). *Glosarium Online*. Retrieved Desember 4, 2021, from Glosarium Online Web aite: <https://glosarium.org/arti-asrama/>
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). *Adaptasi Akademik, Sosial, Personal, dan Institusional : Studi College Adjustment Terhadap Mahasiswa Tingkat Pertama*. 8(3), 158–166.
- Rahmawati, W. D., Sukmaningtyas, W., Muti, R. T., & Bangsa, U. H. (2021). *HUBUNGAN ANTARA JENIS KELAMIN DAN PROGRAM*. 4(1), 18–24.
- Riasmini, N. M., Permatasari, H., Chairani, R., & dkk. (2017). *Panduan Asuhan Keperawatan Individu, Keluarga, Kelompok, dan Komunitas dengan Modifikasi NANDA, ICNP, NOC, NIC di Puskesmas dan Masyarakat*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press).
- Rinaldi, S. F., & Mujiyanto, B. (2017). *Buku Ajar Teknologi Laboratorium Medis (TLM) Metodologi Penelitian dan Statistik*.
- Salmah, I. (2016). Culture Shock dan Strategi Coping Pada Mahasiswa Asing Program Darmasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(4), 568–575. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4245>
- Samovar, L. A., Potter, R. E., & McDaniel, E. R. (2010). *Komunikasi Lintas Budaya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan Antara Gear Budaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Bersuku Minang Di Universitas Diponegoro. *Empati*, 7(2), 48–65.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan dan Perkembangan*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Sitinjak, D. A. (2019). *Ners Dalam Menaati Peraturan Asrama Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2019 Stikes Santa Elisabeth Medan*. 70.
- Siyoto, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: ALFABET CV.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suryaman. (2010). Analisis Kepemimpinan Multikultural di Sekolah Menengah dalam Upaya Mencegah Fenomena Gear Budaya: Konteks Indonesia. *Sosiohumanika*, 3(1), 109–122.
- Utari Rahmania, Sutapa Mada, R. T. (2014). Pembentukan Iklim Sosial-Akademik Di Asrama Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Humaniora UNY*, 19(1), 12–23.
- U.S Department of Labor Employment and Training Administration. (1999). Retrieved 6 27, 2022, from HR-Survey.com: hr-guide.com/testing_and_Assessment/Reliability_and_Vailidity.htm
- Widiyaningrum, M. I. K. A., Studi, P., Komunikasi, I., Komunikasi, F., Informatika, D. A. N., & Surakarta, U. M. (2017). *Adaptasi mahasiswa asing di universitas muhammadiyah surakarta*.
- Winata, A. (2014). Adaptasi Sosial Mahasiswa Rantau Dalam Mencapai Prestasi Akademik (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial Angkatan 2008 Fakultas Ilmu. *Unib*, 62. <http://repository.unib.ac.id/9181/>