

Adaptasi dan *Culture Shock*: Studi Kasus pada Peserta Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka

Adaptation and Culture Shock: A Case Study on Participants of the Independent Student Exchange Program

Vika Nurul Mufidah

Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia

E-mail: vikanurulm@unusia.ac.id

Nadiah Nurli Fadilah

Program Studi Pendidikan Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta

E-mail: fadilahnurli28@gmail.com

Abstract

The phenomenon of culture shock among students participating in the independent student exchange program became an obstacle for them. Therefore, adaptation efforts are needed in order to adapt and communicate effectively. This study is intended to determine the form of culture shock of PMM program students and how their efforts to adjust themselves to the culture shock phenomenon. The method in this study uses a qualitative method with a phenomenological approach. The results showed that there were two categories of culture shock experienced by the informants. First, because of differences in the environment consisting of language, weather, food and facilities from the program manager. Second, because of the inconvenience of communication at the university where the exchange takes place. Adaptation efforts are made by increasing interaction intensely, learning their language and culture, understanding the character of students and local residents. The results of the communication depend on the competence of intercultural communication and the character of each individual.

Keywords: *adaptation, phenomenology, PMM, culture shock, student*

Abstrak

Fenomena *culture shock* pada mahasiswa yang mengikuti program pertukaran

mahasiswa merdeka menjadi hambatan bagi mereka. Oleh sebab itu diperlukan upaya penyesuaian diri agar dapat beradaptasi dan berkomunikasi secara efektif. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui bentuk *culture shock* mahasiswa program PMM dan bagaimana upaya penyesuaian diri mereka terhadap fenomena *culture shock* tersebut. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua kategori *culture shock* yang dialami oleh narasumber. Pertama, karena perbedaan lingkungan yang terdiri dari bahasa, cuaca, makanan serta fasilitas dari pengelola program. Kedua, karena ketidaknyamanan terhadap komunikasi di universitas tempat melaksanakan pertukaran. Upaya adaptasi yang dilakukan yaitu dengan cara meningkatkan interaksi secara intens, mempelajari bahasa dan budaya mereka, memahami karakter mahasiswa dan warga lokal. Hasil komunikasi tersebut tergantung pada kompetensi komunikasi antar budaya dan karakter masing-masing individu.

Kata Kunci: *adaptasi, fenomenologi, PPM, culture shock, mahasiswa*

Pendahuluan

Tahun 2022, kemendikbud bekerja sama dengan Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP) menyelenggarakan program Pertukaran Mahasiswa Merdeka (PMM). Program tersebut di buat dengan tujuan agar mahasiswa mendapat pengalaman baru terkait dengan nilai-nilai keberagaman suku, budaya, agama, dan bahasa yang mungkin belum pernah di alami oleh mahasiswa selama hidupnya. Selain itu, program PMM juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan kepemimpinan, kepercayaan diri, dan kepekaan sosial mahasiswa selama satu semester di perguruan tinggi tempat mahasiswa melakukan pertukaran. Sehingga diharapkan melalui program ini mahasiswa mendapatkan banyak manfaat dan pelajaran khususnya mengenai pembelajaran kehidupan (Sosialisasi PMM, Kemendikbud, 2022).

Namun, tujuan tersebut ketika memasuki lingkungan baru membutuhkan proses penyesuaian diri agar dapat berbaur dengan lingkungan tempat mahasiswa melaksanakan program PMM. Proses penyesuaian diri menjadi salah satu tantangan bagi mahasiswa PMM terutama bagi mereka yang baru pertama kali memasuki daerah tempat mahasiswa melaksanakan program PMM. Mahasiswa membutuhkan penyesuaian diri karena adanya potensi *culture shock* yang dapat di alami oleh mereka. *Culture Shock* ialah perasaan bingung yang dirasakan seseorang saat mengunjungi suatu lingkungan yang tidak mereka kenal/baru karena perbedaan kebudayaan, gaya hidup, atau kebiasaan sehari-hari (Aguilera & Guerrero, 2016; Storey J, 2018). Tentunya, perubahan yang di alami tersebut dapat mengakibatkan seseorang mudah stress, cemas, serta berpotensi menjadi pengganggu bagi performa belajar individu yang mengalaminya (Marshellena, 2016; Marshall, C.A., & Mathias, J, 2016; Lalonde, J.F, 2017; Handayani, 2018; Mahmood, H., & Beach, D, 2018; Maizan, dkk, 2020; Arifah, 2020).

Bertitik tolak dari permasalahan di atas, melalui penelitian ini penulis akan mengkaji mengenai *culture shock* terutama pada mahasiswa yang mengikuti program PMM. Mengingat program PMM dirancang untuk mengenali budaya dan kepekaan sosial mahasiswa selama satu semester menjalani program tersebut.

Sehingga diharapkan setelah mendapatkan data dari penelitian ini, ada upaya preventif dan pengentasan terutama yang akan dilakukan oleh pihak pengelola dan perguruan tinggi yang mendapat kepercayaan untuk mendampingi mahasiswa yang lolos seleksi program PMM. Hal tersebut dilakukan untuk menjadikan mahasiswa memiliki kehidupan efektif sehari-hari.

Tujuan umum penelitian ini ialah, untuk mendeskripsikan *culture shock* mahasiswa yang mengikuti program PMM dan bagaimana upaya adaptasi atau penyesuaian diri mereka terhadap *culture shock* tersebut.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan metode fenomenologi dan paradigma konstruktivisme. Fenomenologi termasuk dalam metode penelitian yang bersifat subjektif atau interpretif (Mulyana, 2018). Metode tersebut sesuai dengan penelitian ini yang berupaya untuk memperoleh gambaran persepsi dan interpretasi individu secara subjektif tentang pengalamannya dan mengamati sebuah kesadaran diri dari pengalaman yaitu keadaan yang memberikan sudut pandang pengalaman dari orang pertama.

Pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dari tujuh informan mahasiswa yang mengikuti program PMM yang ditunjang dengan metode dokumentasi baik berupa catatan maupun hasil pengamatan sebagai data primer dan dari berbagai literatur yang relevan sebagai data sekunder.

Sedangkan analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti melakukan pembacaan ulang data yang telah diperoleh untuk dilakukan reduksi data yaitu proses pemilihan, pemusatan perhatian, dan identifikasi secara spesifik terhadap data-data yang penting, menarik serta relevan dari para informan. Reduksi data bertujuan untuk memberi gambaran dan mempertajam hasil dari pengamatan sekaligus mempermudah pencarian data yang telah diperoleh. Kemudian, data disajikan ke dalam satuan bentuk yang sederhana, selektif, logis dan sistematis sehingga mudah untuk dipahami. Pada tahap akhir, peneliti melakukan penarikan kesimpulan melalui upaya interpretasi dengan mengacu pada teori dan konsep yang digunakan.

Temuan dan Analisis

Bentuk *Cultural Shock* pada Mahasiswa Peserta Program PMM

Tujuh mahasiswa yang mengikuti program pertukaran mahasiswa merdeka sebagai informan berasal dari Jakarta dan Jawa Barat yang terdiri dari 4 wanita dan 3 laki-laki antara lain NNF, NM, FR, WS, AD, CS, RNM. Namun, dalam penelitian ini, peneliti dan informan sepakat untuk tidak menyebutkan nama (identitas) dan lokasi tempat melakukan PMM. Oleh sebab itu, peneliti hanya menulis identitas menggunakan inisial singkatan nama. Ketujuh informan yang peneliti dapatkan berasal dari budaya yang berbeda, namun memiliki tujuan yang sama saat memutuskan untuk mengikuti program PMM yaitu untuk menambah pengalaman.

Mahasiswa yang mengikuti program PMM memiliki faktor-faktor tertentu yang membuat mereka mengikuti kegiatan tersebut. Sebagian besar untuk

mencari pengalaman, menambah pertemanan (relasi). Tentunya, ketika mereka mengikuti program tersebut, informan memiliki harapan dan ekspektasi terhadap lingkungan tempat kegiatan PMM dilaksanakan. Para informan mengaku merasa sangat tertarik, senang, serta penasaran ketika berangkat ke lokasi PMM. Terutama bagi mereka yang notabeneanya baru peratama kali melakukan perantauan. Merasa bersemangat karena berhasil lolos seleksi program tersebut.

Tabel 1
Motivasi dan Kondisi Informan pada Tahap *Honeymoon*

Informan	Faktor Pendorong Informan Mengikuti Kegiatan PMM	Tahap <i>Honeymoon</i>/Fase Kegembiraan
NNF	Motivasi menambah pengalaman	Senang dan semangat karena lolos seleksi
NM	Menambah pengalaman	Merasa terkejut, senang, dan bangga
FR	Relasi, menambah pengalaman	Bangga dan senang
WS	Relasi, menambah pengalaman	Senang
AD	Menambah pengalaman karena belum pernah ke luar kota	Senang dan merasa keren
CS	Menambah pengalaman karena luar kota yang dikunjungi hanya satu saja	Senang dan semangat
RNM	Menambah pengalaman	Senang dan semangat

Sumber: Olah data pribadi (2022)

Munculnya harapan dan ekspektasi tersebut menandakan para informan selaku pendatang berada pada fase *honeymoon*. Fase dimana mereka belum muncul *culture shock*, melainkan rasa gembira, semangat, dan berkespektasi pada lingkungan barunya. Dapat disimpulkan pula bahwa informan secara umum masih belum memiliki gambaran seperti kota atau desa yang mereka tinggali, karakteristik masyarakatnya, kebudayaannya dan sebagainya. Artinya pengetahuan mereka mengenai budaya dan sosial tempat mereka melaksanakan PMM baru terbentuk setelah mereka melakukan interaksi dilingkungan barunya. Menurut DeVito (2015), mempelajari budaya tertentu sangat penting karena akan terlibat komunikasi sebagai proses persiapan komunikasi antarbudaya. Dan ketika pengetahuan serta persiapan itu belum dimiliki individu, maka potensi terkena gejala *culture shock* menjadi lebih besar.

Dalam penelitian ini, pemahaman baru yang tercipta terjadi ketika seseorang sedang melakukan perantauan akan terbentuk interaksi atau hubungan yang dilakukan dengan orang lain. Hasil wawancara terhadap ketujuh informan menunjukkan bahwa mereka secara serentak mengalami *culture shock* ketika di awal mereka memasuki lingkungan tempat dilaksanakan PMM. Hal tersebut merupakan tahap krisis dimana para informan merasakan kekecewaan dan ketidakpuasan akibat ekspektasi di awal tidak sesuai dengan apa yang mereka alami (Fadilla, 2020).

Tabel 2
Bentuk Geger Budaya pada Tahap Krisis

Informan	Faktor Pendorong Informan Mengikuti Kegiatan PMM		Reaksi
	Aspek Lingkungan	Aspek Kehidupan Sosial	
NNF	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan, biaya hidup	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sekitarnya tegas/keras. • Biaya hidup yang cukup mahal • Ketidaksesuaian ketika berinteraksi dengan mahasiswa lokal 	Kecewa, tertarik terlibat percakapan. tidak untuk dalam
NM	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sulit untuk dipahami. • Biaya hidup yang cukup mahal 	Merasa mual karena tidak bisa menerima rasa makanan khas disana. Merasa sedih, kecewa.
FR	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sulit untuk dipahami. 	Merasa mual karena tidak bisa menerima rasa makanan khas disana. Merasa sedih, kecewa.
WS	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sulit untuk dipahami. 	Merasa mual karena tidak bisa menerima rasa makanan khas disana. Merasa sedih, kecewa.
AD	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sulit untuk dipahami. 	Merasa sedih, kecewa.
CS	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sulit untuk dipahami. 	Merasa sedih, kecewa.
RNM	Perbedaan bahasa, cuaca panas, makanan	<ul style="list-style-type: none"> • Kesalahpahaman karena logat bahasa lingkungan sulit untuk dipahami. 	Merasa sedih, kecewa.

Sumber: Olah Data Pribadi (2022)

Bentuk *culture shock* yang di alami para informan secara umum dapat dibagi menjadi dua kategori. Pertama *culture shock* pada lingkungan, kedua *culture shock* pada kehidupan sosial. Bentuk *culture shock* pada perbedaan lingkungan dirasakan oleh hampir seluruh informan terutama pada bahasa. Perbedaan tersebut merupakan pemicu paling utama bagi mahasiswa PMM terhadap pengalaman *culture shock*. Para informan mengakui kesulitan perihal bahasa dimana lingkungan tempat melaksanakan PMM menggunakan bahasa ibu, hingga menghambat proses

komunikasi kegiatan belajar mengajar. Sebagaimana pernyataan Harper bahwa kurangnya ketrampilan bahasa merupakan penghalang kuat untuk penyesuaian budaya dan komunikasi yang efektif, sedangkan kurangnya pengetahuan mengenai cara berbicara kelompok tertentu akan mengurangi tingkat pemahaman mengenai masyarakat lokal (Samovar, Porter, McDaniel, & Roy, 2012).

Selain bahasa, perbedaan makanan juga menjadi kendala bagi para informan dalam beradaptasi. Perbedaan dari segi makanan seperti komposisi makanan, cara menyajikan, takaran bumbu, serta cara makan tentunya berbeda antara budaya satu dengan yang lainnya. Perbedaan cita rasa yang kuat dapat memengaruhi beberapa hal seperti masalah pencernaan hingga kehilangan nafsu makan. Mahasiswa yang menjalani program PMM merasa tidak cocok dengan cita rasa makanan khas masyarakat lokal.

Disamping bahasa dan makanan, cuaca pun menjadi salah satu penyumbang *culture shock*. Mayoritas informan yang mengikuti kegiatan PMM di daerah Sulawesi. Cuaca saat ini terasa panas meskipun pada malam hari. Sehingga mahasiswa harus berjuang untuk menyesuaikan diri dengan cuaca tersebut bahkan ada juga yang jatuh sakit ketika awal pindah ke lingkungan tersebut.

Kategori kedua, bentuk *culture shock* yang dialami oleh informan yaitu mengenai kehidupan sosial yang di alami informan terutama lingkungan belajar. Proses komunikasi antar mahasiswa lokal menghasilkan berbagai dinamika pengalaman *culture shock* bagi masing-masing informan. Hasil penelitian mengemukakan bentuk *culture shock* pada aspek kehidupan sosial antara lain ketidaknyamanan informan atas iklim komunikasi di lingkungan tempat belajar dan tinggal. Komunikasi cenderung tertutup sehingga untuk menggali informasi terkait perkuliahan dan keperluan untuk mengetahui daerah tersebut menimbulkan kebingungan mahasiswa PMM. Sehingga membuat mahasiswa mengalami *culture shock* di lingkungan tempat mereka melaksanakan kegiatan PMM.

Secara keseluruhan, reaksi dari *culture shock* para informan cukup beragam. Baik secara psikologi maupun fisik. Hal umum yang dirasakan oleh informan pada fase *culture shock* yaitu rasa sedih hingga menimbulkan kebingungan, tidak nyaman, dan rasa ingin Kembali ke tempat asal. Reaksi fisik juga dialami oleh beberapa informan seperti pusing, sakit perut, mual, dan berdebar-debar ketika berinteraksi dengan mahasiswa lokal. Berbagai perbedaan kultural dan reaksi dari gejala *culture shock* membuat ketujuh informan melakukan interaksi dan penyesuaian terhadap lingkungan tempat dilaksanakan PMM. Secara bertahap mereka membuat penyesuaian dan modifikasi untuk menanggulangi segala permasalahan terkait budaya baru.

Upaya Penyesuaian Diri Terhadap *Culture Shock* di Lingkungan PMM

Ketika mengalami *culture shock*, para informan tentu tidak ingin berlarut-larut dalam kekecewaan karena hal tersebut dapat menghambat keberlangsungan hidup mereka selama ditempat kerja. Oleh sebab itu, mereka melakukan proses

interaksi untuk menyesuaikan diri mereka dengan lingkungan baru. Dalam mengatasi *culture shock*, ketujuh informan memiliki cara dan pendekatan mereka sesuai dengan pengalamannya masing-masing.

Merujuk pada model *U-Curve*, proses penyesuaian merupakan fase pemulihan atau tahap *recovery* yaitu adanya motivasi untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan budaya baru. Pada fase ini, informan sudah mulai mengenali hal-hal terkait budaya barunya sehingga secara bertahap mereka melakukan penyesuaian terhadap lingkungannya dengan pendekatan masing-masing. Tujuannya adalah untuk meredakan *culture shock*, mendapatkan kenyamanan, dan mencapai komunikasi yang efektif dengan orang-orang sekitar.

Kesadaran akan perlunya upaya penyesuaian diri tersebut bagi beberapa informan diakui terpacu karena adanya beberapa faktor. Pertama, tujuan pribadi, cita-cita, dan harapan sebagai motivasi untuk tetap bertahan ditengah perbedaan budaya. Kedua, adanya keinginan kuat untuk diterima di lingkungan tempat terlaksananya PMM. Ketiga, peran orang-orang terdekat atau sahabat dan para relasi dalam proses penyesuaian diri.

Ada beragam cara yang dilakukan para informan untuk menyesuaikan diri pada tahap pemulihan (*recovery*). Berdasarkan hasil wawancara, upaya penyesuaian diri dilakukan dengan cara meningkatkan intensitas interaksi dengan mahasiswa lokal, mempelajari bahasa ibu mereka, mencoba memahami karakter dan kebiasaan sehari-hari para mahasiswa dan masyarakat lokal. Secara keseluruhan upaya-upaya yang dilakukan para informan melibatkan pendekatan emosional dengan harapan agar dapat menjalin komunikasi yang baik dengan mahasiswa lokal (lihat **tabel 3**).

Tabel 3
Upaya Penyesuaian Diri pada Tahap Pemulihan (*Recovery*)

Informan	Upaya Penyesuaian Diri pada Tahap Pemulihan (<i>Recovery</i>)
NNF	Belajar memahami bahasa, kebiasaan sehari-hari, belajar nerima diri.
NM	Dukungan dari orang terdekat, interaksi secara intens, mempelajari bahasa.
FR	Interaksi secara intens, mempelajari bahasa.
WS	Memperluas jaringan, dukungan dari keluarga dan teman, tujuan pribadi jadi motivasi.
AD	Interaksi secara intens, mempelajari bahasa.
CS	Belajar memahami bahasa, kebiasaan sehari-hari, belajar nerima diri.
RNM	Interaksi secara intens, mempelajari bahasa.

Sumber: Olah Data Pribadi (2022)

Upaya-upaya penyesuaian diri tersebut menghasilkan pengaruh positif terhadap pemulihan *culture shock* para informan. Pada tahap ini terdapat perubahan yang terjadi pada para informan dibandingkan dengan kondisi sebelumnya di tahap krisis. Peningkatan kemampuan bahasa lokal menjadi perubahan signifikan yang dicapai para informan pada masa pemulihan (*recovery*). Upaya mempelajari

bahasa budaya lokal merupakan langkah bagi pendatang yang mengalami *culture shock* agar bisa beradaptasi dengan orang-orang di lingkungan barunya (Samovar, dkk, 2012). Oleh karena itu, ketika informan meningkatkan kemampuan bahasa lokal, mereka dapat mulai beradaptasi dan berkomunikasi dengan orang-orang sekitarnya secara lebih baik.

Tahap akhir pada model *U-Curve* yaitu tahap penyesuaian (*adjustment*) yaitu para informan telah mencapai pemahaman terkait elemen-elemen kunci dari budaya barunya (Samovar, dkk, 2012), sehingga mereka sudah mendapatkan kenyamanan dilingkungan baru tersebut. Sekalipun, masih ada hal-hal yang membuat mereka masih belum nyaman, namun sebagian besar gejala *culture shock* sudah mereda.

Tabel 4
Tahap Penyesuaian dan Jangka Waktu Proses Penyesuaian Diri

Informan	Tahap Penyesuaian (Adjustment)	Jangka Waktu
NNF	Sudah mulai menikmati	1 Bulan
NM	Sudah mulai menikmati	1 Minggu
FR	Sudah mulai menikmati	2 Minggu
WS	Sudah mulai menikmati	1 Bulan
AD	Sudah mulai menikmati	1 Bulan
CS	Sudah mulai menikmati	1 Bulan
RNM	Sudah mulai menikmati	1 Bulan

Sumber: Olah data pribadi (2022)

Waktu yang dibutuhkan para informan cukup beragam untuk berhasil mencapai tahap penyesuaian (*adjustment*) atau adaptasi. Tujuh informan rata-rata membutuhkan waktu satu bulan untuk dapat menyesuaikan diri. Meskipun karakter informan berbeda-beda. Pada tahap penyesuaian ini, kecemasan dan perasaan negatif yang sebelumnya dirasakan berangsur menghilang dan beralih pada rasa nyaman. Dari hasil upaya penyesuaiannya, beberapa informan kini mampu berbaur dengan baik dan berkomunikasi secara lancar dengan para karyawan lokal dengan baik, menjalin hubungan interpersonal yang lebih dekat, hingga menyukai makanan khas budaya lokal. Beberapa informan juga merasakan ada perubahan pada kebiasaan dan cara mereka berbicara dengan logal bahasa lokal.

Hasil penelitian menyimpulkan bentuk *culture shock*, upaya penyesuaian diri, hingga hasil upaya penyesuaian pada masing-masing informan bervariasi. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa kompetensi komunikasi antarbudaya antara satu individu dan individu lainnya berbeda-beda. Dalam hal ini, kemampuan berkomunikasi, kemampuan sosialisasi, karakter individu dan pengalaman lintas budaya sangat memengaruhi terhadap pengalaman *culture shock* yang diterima. Namun, secara keseluruhan berdasarkan model *U-curve* (Lysgaard, 1995) telah merepresentasikan fenomena *culture shock* yang terjadi pada para informan. Hanya saja transisi dari setiap tahapannya, proses adaptasi setiap individu tidak

semuanya sama.

Kesimpulan

Bentuk *culture shock* yang dialami oleh informan secara umum tentunya akan di alami oleh semua manusia pada setiap fasenya. Akan tetapi, seluruh informan meskipun mengalami *culture shock*, mereka tetap dapat menyesuaikan diri seiring berjalannya waktu. Hal tersebut dapat terlihat dari hasil analisis wawancara terhadap keseluruhan informan bahwa mereka sudah mulai terbiasa mengenai kebudayaan di lingkungan tempat dilaksanakannya PMM.

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.
- Chafsoh, A. M. 2020. *Munculnya culture shock pada mahasiswa baru dalam perkuliahan daring selama pandemi COVID-19*.
- DeVito, J. A. 2015. *Human Communication: The basic course (Thirteenth)*.
- Fadillah, P. B. A. 2020. *Adaptasi Antarbudaya Mahasiswa Asal Aceh di Universitas Pertamina dalam Menghadapi Geger Budaya*.
- 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.
- Lalonde, J. F. 2017. 11. Ethnic diversity in entrepreneurial teams and the role of culture shock on performance. *Research Handbook on Entrepreneurial Teams: Theory and Practice*, 231.
- Mahmood, H., & Burke, M. G. 2018. Analysis of acculturative stress and sociocultural adaptation among international students at a non-metropolitan university. *Journal of International Students*, 8(1), 284-307.
- Maizan, S. H., Bashori, K., & Hayati, E. N. 2020. Analytical theory: Geger budaya (culture shock). *Psycho Idea*, 18(2), 147-154.
- Marshall, C. A., & Mathias, J. 2016. Culture Shock: Applying the Lessons from International Student Acculturation to Non-Traditional Students. In *Widening Participation, Higher Education and Non-Traditional Students* (pp. 133-149). Palgrave Macmillan, London.
- Marshelena, D D. 2016. Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan Yogyakarta. *E-Societas Jurnal Pendidikan Sosiologi*, Vol (5), No (3). <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/societas/article/view/3946>
- Mulyana, D. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif (Paradigma baru ilmu komunikasi dan ilmu sosial lainnya)*.
- Samovar, L. A., Porter, R. E., McDaniel, E. R., & Roy, C. S. 2016. *Communication between cultures*. Cengage Learning.
- Storey, J. 2018. *Cultural theory and popular culture: An introduction*. Routledge.