

**PENGARUH STRATEGI COPING TERHADAP *CULTURE SHOCK*
PADA MAHASISWA ASING TAHUN AJARAN BARU 2015/2016
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI



oleh

**Firda Amalia
NIM. 11410127**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2015**

**PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP *CULTURE SHOCK*
PADA MAHASISWA ASING TAHUN AJARAN BARU 2015/2016
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

oleh

**Firda Amalia
NIM. 11410127**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2015**

**PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP *CULTURE SHOCK*
PADA MAHASISWA ASING TAHUN AJARAN BARU 2015/2016
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI

oleh

**Firda Amalia
NIM. 11410127**

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

**Tristiadi Ardi Ardani, M.Si
NIP. 19720118 199903 1 002**

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 19730710 200003 1 002**

S K R I P S I

PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP *CULTURE SHOCK* PADA MAHASISWA ASING TAHUN AJARAN BARU 2015/2016 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 6 Januari 2016

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Tristiadi Ardi Ardani, M.Si
NIP. 19720118 199903 1 002

Anggota Penguji Lain Penguji utama

Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si
NIP. 19700813 200112 1 001

Ketua Penguji

Endah Kurniawati P., M. Psi
NIP. 19750514 200003 2 003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 6 Januari 2016

Mengesahkan
Dekan Fakultas psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 19730710 200003 1 002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Firda Amalia

NIM : 11410127

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Pengaruh Strategi *Coping* Terhadap *Culture Shock* Pada Mahasiswa Asing Tahun Ajaran Baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”** adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Malang, 28 Desember 2015

Penulis

Firda Amalia

NIM. 11410127

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

5. *Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*
6. *Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (Qs Al-Insyirah 5-6)*

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah.. Alhamdulillah.. Alhamdulillah.. Tak hentinya mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan pertolongan kepada penulis sehingga mampu untuk melalui berbagai kendala dalam menyusun skripsi ini. Teriring do'a dan rasa syukur, skripsi ini penulis persembahkan dengan sepenuh hati untuk ibu Mutikha yang senantiasa mendoakan, memberikan pengertian dan selalu memberikan dukungannya kepada penulis. Selain itu untuk Bapak Zaenudin yang selalu menyokong dalam segala hal agar dapat terselesaikannya skripsi ini. Untuk semua keluargaku, mas Faiz, mbak Heng, dek Fahri, Om Ma'mun yang selalu memberikan semangatnya untukku.

Aku juga persembahkan skripsi ini untuk Nurul Bahari, seseorang yang selalu ada disaat suka duka dalam mengerjakan skripsi serta seseorang yang mampu memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini. Aku persembahkan skripsi ini untuk semua teman-temanku dimanapun mereka berada, karena merekalah yang telah membantuku baik berupa motivasi, doa atau bantuan secara nyata.. Aku ucapkan banyak terimakasih... ☺

Terimakasih juga untuk Fia, Afis, Ahda, Dwika, Nisa, Ustad Anwar yang sudah membantuku menerjemahkan bahasa-bahasa yang susah dimengerti dalam penelitian ini. Terimakasih juga untuk Ibrahim (Thailand), Zainul (Malaysia), Ahmad Ishaq (Sudan), Rayyan (Arab Saudi) yang telah membantu saya dalam menyebar skala dan membantu saya berkomunikasi dengan mahasiswa asing lainnya.. Terimakasih banyaaaaak ☺... Terimakasih juga buat Linda, Iib, Dela, Sintia, Dila, Bu Sri, Mak Tik yang selalu mendukung dan menolong saya dalam mengerjakan skripsi ini. Maaf ya sudah banyak merepotkan.. Maaf ya kalau aku rempong dan ngotorin kontrakan☺.. Terimakasih juga untuk kucing-kucingku yang imut dan lucu yang selalu menjadi penawar kegalauan dan kesedihanku disaat menggarap skripsi ini ☺...

Terimakasih kepada teman-teman Equita Renovatio, teman-teman UNIOR, teman-teman Teknik Arsitektur 2011, Teman-teman di sanggar senam Richa's atas motivasi dan semangatnya, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih selanjutnya untuk kawan-kawanku seperjuangan Psikologi 2011 atas banyak bantuan, inspirasi serta motivasi atas terselesaikannya skripsi ini. Khususnya Hanifah, Yunia, Roisa, Yunita, Azka, Dina, Berlian serta semua kawan-kawan terhebat dan terkece di Psikologi 2011. Suwun Rek ☺.. udah ngasih banyak kenangan di bangku kuliah... udah jadi keluarga yang solid dan saling menguatkan selama ini.. Semoga kita semua sukses selalu kawaan.. Amiiin... Amiiin... Amiiin...

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M.Si, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag, selaku Dekan Fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Tristiadi Ardi Ardani, M. Si selaku Dosen Pembimbing yang sangat membantu memberikan masukan kepada peneliti
4. Bapak Zainal Habib, M.Hum selaku dosen pembimbing akademik yang dari semester awal hingga akhir terus memberi pengarahan agar peneliti mampu melewati tahun-tahun akademik dengan baik.
5. Dr. Elok Halimatus Sakdiah, M.Si selaku Dosen yang senantiasa memberikan arahan dan *support* kepada peneliti ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan penelitian.

6. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terutama Bapak / Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memberikan ilmunya dengan tulus dan ikhlas dalam mengajari kami.
7. Segenap civitas akademika Kantor Mahasiswa Asing Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
8. Seluruh Mahasiswa Internasional Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah membantu peneliti mendapatkan data.
9. Ayah dan Ibu yang selalu memberikan doa, semangat, serta motivasi kepada peneliti sampai saat ini.
10. Seluruh teman-temanku khususnya teman-teman Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2011, yang berjuang bersama untuk meraih mimpi, terimakasih atas kenangan dan semangat kalian yang telah mengisi masa-masa indah di bangku perkuliahan
11. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materiil

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca semua.

Malang, 28 Desember 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PERSETUJUAN..... ii

HALAMAN PENGESAHANiii

HALAMAN PERNYATAAN iv

HALAMAN MOTTO v

HALAMAN PERSEMBAHANvi

KATA PENGANTARvii

DAFTAR ISI.....ix

DAFTAR TABEL.....xi

DAFTAR GAMBAR..... xii

DAFTAR LAMPIRAN..... xiii

ABSTRAK..... xiv

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	13

BAB II : LANDASAN TEORI

A. <i>Culture Shock</i>	15
1. Pengertian <i>Culture Shock</i>	16
2. Penyebab Terjadinya <i>Culture Shock</i>	16
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Culture Shock</i>	19
4. Gejala <i>Culture Shock</i>	20
5. Fase-fase <i>Culture Shock</i>	21
6. Identifikasi <i>Cultural Shockers</i>	28
7. Aspek <i>Culture Shock</i>	29
8. Efek <i>Culture Shock</i>	34
9. <i>Culture Shock</i> Dalam Perspektif Islam	35
B. Strategi <i>Coping</i>	38
1. Pengertian <i>Coping</i>	39

2. Macam-macam Strategi <i>Coping</i>	40
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Coping</i>	48
4. Aspek Strategi <i>Coping</i>	50
5. Proses Terjadinya <i>Coping</i>	52
6. Fungsi Strategi <i>Coping</i>	55
7. Karakteristik Strategi <i>Coping</i>	55
8. <i>Coping Outcome</i>	57
9. Pandangan Islam Tentang <i>Coping</i>	58
C. Pengaruh Strategi <i>Coping</i> dan <i>Culture Shock</i>	62
D. Hipotesis Penelitian	65

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian.....	67
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	68
C. Definisi Operasional	69
D. Populasi Dan Sampel	69
E. Metode Pengumpulan Data.....	71
F. Instrumen Penelitian	73
G. Validitas Dan Reliabilitas	77
H. Teknik Analisis Data.....	83

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian	87
B. Pelaksanaan Penelitian.....	90
C. Paparan Hasil Penelitian	91
1. Hasil Uji Validitas.....	91
2. Hasil Uji Reliabilitas.....	94
3. Analisis Data	96
D. Pembahasan.....	111

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	121
B. Saran	123

DAFTAR PUSTAKA	126
-----------------------------	-----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Strategi Penanggulangan <i>Coping</i> Bersifat Adaptif dan Maladaptif	55
Tabel 3.1 <i>Blue print culture shock</i>	75
Tabel 3.2 <i>Blue print strategi coping</i>	76
Tabel 3.3 Daftar panelis CVR skala <i>culture shock</i>	79
Tabel 3.4 Daftar panelis <i>Aikens' V</i> skala Strategi <i>Coping</i>	80
Tabel 3.5 Standar Pembagian Klasifikasi	85
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Strategi <i>Coping</i>	92
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas <i>Culture shock</i>	93
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas <i>Culture Shock</i>	94
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas <i>Problem Focused Coping</i>	95
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas <i>Emotional Focused Coping</i>	95
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas	96
Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas	97
Tabel 4.8 Perbandingan <i>Mean</i> dan <i>Standard Deviation</i> Hipotetik dan Empirik. .	98
Tabel 4.9 Kategorisasi dan Frekuensi Tingkat <i>Problem Focused Coping</i>	100
Tabel 4.10 Kategorisasi dan Frekuensi Tingkat <i>Emotional Focused Coping</i>	102
Tabel 4.11 Kategorisasi dan Frekuensi Tingkat <i>Culture shock</i>	104
Tabel 4.12 Hasil Analisis Regresi <i>Problem focused coping</i> dan <i>Culture shock</i> ..	106
Tabel 4.13 Hasil Analisis Regresi <i>Emotion focused coping</i> dan <i>Culture shock</i> ..	108
Tabel 4.14 Hasil Analisis Regresi Linear Berganda	110

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Proses Terjadinya Coping	53
Gambar 3.1 Pengaruh Variabel X ke Y	69
Gambar 4.1 <i>Interactive Graph</i> strategi coping dan culture shock	97
Gambar 4.2 Histogram Kategorisasi <i>Problem Focused Coping</i>	101
Gambar 4.3 Histogram Kategorisasi <i>Emotional Focused Coping</i>	102
Gambar 4.4 Histogram Kategorisasi <i>Culture Shock</i>	104

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Ijin Penelitian (Bagian Akademik UIN Malang)

Lampiran 2 Bukti Konsultasi

Lampiran 3 Hasil *Aiken's V*

Lampiran 4 Hasil CVR

Lampiran 5 Hasil Wawancara

Lampiran 6 Hasil Observasi

Lampiran 7 Validitas dan Reliabilitas *Culture Shock*

Lampiran 8 Validitas dan Reliabilitas *Problem Focused Coping*

Lampiran 9 Validitas dan Reliabilitas *Emotional Focused Coping*

Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas

Lampiran 11 Hasil Uji Linearitas

Lampiran 12 Hasil Kategorisasi *Culture Shock*

Lampiran 13 Hasil Kategorisasi *Problem Focused Coping*

Lampiran 14 Hasil Kategorisasi *Emotional Focused Coping*

Lampiran 15 Lembar Kuesioner Bahasa Indonesia

Lampiran 16 Lembar kuesioner Bahasa Arab

Lampiran 17 Lembar Kuesioner Bahasa Inggris

Lampiran 18 Dokumentasi

ABSTRAK

Firda Amalia, 11410127, *Pengaruh Strategi Coping terhadap Culture shock pada Mahasiswa Asing Tahun Ajaran Baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015

Individu yang melakukan perpindahan baik dalam satu Negara atau luar Negeri yang memiliki banyak perbedaan seperti budaya, bahasa, agama dan perbedaan lainnya, membuat individu merasa terkejut dan mengalami banyak kesulitan untuk menyesuaikan diri. Begitu pula yang dirasakan oleh mahasiswa asing yang menempuh pendidikan di Indonesia. Salah satunya yaitu mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Kesulitan yang ditemui oleh mahasiswa asing tersebut membuatnya harus mencari jalan keluar yang tepat untuk menyelesaikan dan menghadapi kesulitannya tersebut. Hal ini menimbulkan pertanyaan bagi peneliti yang tertuang dalam rumusan masalah di penelitian ini, yaitu (1) bagaimana tingkat strategi *coping* yang digunakan oleh mahasiswa asing tersebut, (2) bagaimana tingkat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa asing tersebut, (3) adakah pengaruh antara strategi *coping* dengan *culture shock* pada mahasiswa asing tersebut.

Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) untuk mengetahui tingkat strategi *coping* yang digunakan oleh mahasiswa asing tersebut, (2) untuk mengetahui tingkat *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa asing tersebut, (3) untuk mengetahui adanya pengaruh antara strategi *coping* dengan *culture shock* pada mahasiswa asing tersebut.

Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan instrumen skala strategi *coping* dan skala *culture shock*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 35 responden dengan menggunakan penelitian populasi

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki bentuk strategi *coping* pada taraf sedang yaitu dengan prosentase 51,4% untuk *problem focused coping* dan *emotional focused coping* pada kategori tinggi yaitu 68,5%. Hasil analisis data menunjukkan bahwa *problem focused coping* memiliki pengaruh dan hubungan yang negatif terhadap *culture shock*. *Problem focused coping* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *culture shock* sebesar 33,9% sedangkan *emotional focused coping* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *culture shock*.

Kata Kunci: Strategi *Coping*, *Culture shock*, mahasiswa asing

ABSTRACT

Firda Amalia, 11410127, The Influence of Coping Strategy toward Cultural Shock of Foreign Students 2015/2016 at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang. Thesis, Faculty of Psychology Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang, 2015

An individual who is migrating from one country to another country which have many differences in many aspects of life such as culture, language, religion and others, is shocked and gets many difficulties in adapting many aspects of life in the new place and environment. Those shocked and difficulties are also experienced by foreign students who study in Indonesia specifically at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang. The difficulties force the foreign students to find out the right way to solve their problem. The phenomena has made the researcher questioning in some problems, they are (1.) How is the level of coping strategy that they used, (2.) How is the level of cultural shock that they experienced, and (3.) how does the influence of coping strategy and cultural shock for them.

The aims of this study are (1) to find out the level of coping strategy used by the foreign students, (2) to find out the level of cultural shock that experienced by the foreign students, (3) to find out the influence of coping strategy and cultural shock for them.

The method of this study uses quantitative approach with the scale of coping strategy and cultural shock as the instrument. The sample of this research is 35 respondents which using research population.

The result of this study shows that the foreign students 2015/2016 at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang, are in immediate level of coping strategy by 51,4% for problem focused coping, and 68,5% for emotional focused coping. The result of the data analysis shows that both of them have negative influence and relation to cultural shock. The problem focused coping significantly influences the cultural shock by 33,9% , while the emotional focused coping does not have a significant impact on culture shock .

Keywords: Coping Strategy, Cultural Shock, Foreign Students

مستخلص البحث

فردا أمليا، 11410127، تأثير استراتيجيات المواجهة لصدمة الثقافة في الطلاب الأجنبية مرحلة 2015 | 2016 في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. بحث علمي، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. 2015

الأفراد الذين ينتقلون في بلد واحد أو في الخارج التي لديها العديد من الاختلافات مثل الثقافة واللغة والدين وغيرها من الاختلافات، مما يجعل الناس يشعرون بالصدمة وشهدت العديد من الصعوبات لضبط. ينظر بالمثل من قبل الطلاب الأجانب الذين يدرسون في إندونيسيا. المثال يعني الطلاب الأجنبية مرحلة 2015 | 2016 في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. الصعوبات التي واجهت الطلاب الأجنبية تجعل يجب أن نبحث عن الطريق الصحيح لإنهاء ومواجهة الصعوبات. و أسئلة هذا البحث يعني : (1) كيف مستوى استراتيجيات المواجهة المستخدمة من الطلاب الأجنبية ، (2) كيف مستوى الصدمة الثقافية من الطلاب الأجنبية، (3) هل هناك أي تأثير بين استراتيجية المواجهة مع صدمة الثقافية على الطلاب الأجنبية. أهداف من هذا البحث يعني (1) لمعرفة مستوى من استراتيجيات المواجهة المستخدمة، (2) لمعرفة مستوى من الصدمة الثقافية من الطلاب الأجنبية، (3) لمعرفة من تأثير بين استراتيجية المواجهة مع صدمة الثقافية على الطلاب الأجنبية.

أما منهج هذا البحث فهو المنهج الكمي بأداة نطاق استراتيجية المواجهة و نطاق صدمة الثقافية. عدد العينات في هذه الدراسة ما يقرب من 35 أفراد العينة باستخدام الدراسات السكانية.

نتائج هذا البحث يعني في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج لديه شكل استراتيجيات المواجهة بنسبة 51,4% لمشكلة ركزت التعامل و 68,5% لركزت العاطفة التعامل. نتيجة من تحليل البيانات لديهما تأثير سلبي والعلاقة مع الصدمة الثقافية. ركزت مشكلة التعامل تأثير كبير على الصدمة الثقافية من 33.9% في حين أن المواجهة تركيزا العاطفي لا يكون لها تأثير كبير على الصدمة الثقافية .

الكلمات المفتاحية : استراتيجيات المواجهة، صدمة الثقافة، الطلاب الاجنبية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada zaman sekarang ini, dimana terjadinya banyak perkembangan dan kemajuan-kemajuan yang terjadi baik dalam lingkup teknologi, transportasi, pendidikan dan banyak kemajuan lainnya sangat memungkinkan beberapa orang melakukan perpindahan dari satu daerah ke daerah lain, dari satu kota ke kota lain atau dari satu negara ke negara lain. Perpindahan itu terjadi karena adanya berbagai kepentingan seperti pekerjaan, pendidikan, kerjasama internasional, politik dan kepentingan lainnya.

Furnham dan Bochner (1986) menjelaskan tentang istilah yang berbeda untuk seseorang yang melakukan perpindahan budaya atau tempat yang baru berdasarkan berapa lama waktu menetap. Menurut Furnham dan Bochner, turis adalah mereka yang tinggal di suatu kultur baru namun tidak terlalu lama (dalam kurun waktu kurang dari 6 bulan), sedangkan istilah sojourner adalah individu yang tinggal dalam waktu lama yaitu sekitar 6 bulan sampai dengan 5 tahun.

Individu yang berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, tentu mereka akan menemukan sebuah kebudayaan baru, kebiasaan baru, lingkungan yang baru bahkan bisa saja bahasa yang baru. Hal ini

dikarenakan di setiap kota, negara maupun daerah memiliki berbagai keragaman, perbedaan dan ciri khas masing-masing. Bahasa menjadi salah satu contoh perbedaan yang sering dijumpai. Definisi tentang bahasa menurut Gorys Keraf (2004) adalah alat komunikasi antara anggota masyarakat berupa simbol bunyi yang dibuat oleh alat ucap manusia. Namun, tidak hanya bahasa saja yang bisa digunakan sebagai media komunikasi, melainkan dapat menggunakan cara-cara tertentu atau alat tertentu yang telah disepakati bersama seperti menggunakan lukisan, isyarat tangan, bunyi-bunyian dan masih banyak yang lainnya.

Menurut Gorys (2004) pada umumnya bahasa yang digunakan di setiap daerah berbeda. Hal ini dapat disebabkan karena adanya perbedaan kultur, lingkungan dan kebiasaan yang dimiliki. Contohnya yaitu bahasa yang digunakan antara orang Madura dengan orang Sunda tentu berbeda, bahkan dialek yang digunakan pun berbeda. Contoh lain yaitu bahasa dan dialek yang digunakan orang melayu dengan orang jawa tentu sangatlah berbeda. Padahal dalam hal ini bahasa menjadi hal yang penting untuk berkomunikasi atau berinteraksi. Ketika komunikasi berlangsung tetapi terhambat oleh bahasa yang tidak di mengerti maka akan dapat mengakibatkan kesalahpahaman dan kebingungan. contoh kesalahpahaman yang dapat terjadi yaitu pertikaian dan perdebatan.

Tidak hanya bahasa saja, agama yang dianut di berbagai tempat juga berbeda. Salah satu situs *online* yaitu Wikipedia menjelaskan bahwa agama di definisikan sebagai suatu sistem keyakinan yang dianut dan

tindakan-tindakan yang diwujudkan dalam menginterpretasikan dan memberi tanggapan terhadap apa yang dirasakan dan diyakini kepada Tuhan Nya. Contohnya yaitu di Indonesia yang notabene banyak penduduknya yang memeluk agama Islam, sedangkan di negara lain seperti Jerman dalam Wikipedia di jelaskan bahwa penduduknya sekitar 55 juta orang memeluk agama Kristen dan ada beberapa ratus ribu pemeluk *ortodoks* (terutama Yunani dan Serbia). Oleh karena itu perlu adanya tenggang rasa atau saling menghormati antara satu agama dengan agama lainnya.

Perbedaan yang sering dijumpai selanjutnya yaitu budaya. Santrock (2007: 189) menjelaskan bahwa budaya (*culture*) merupakan kumpulan pola-pola kehidupan seperti perilaku dan keyakinan yang dipelajari oleh sekelompok manusia tertentu dari generasi-generasi sebelumnya dan akan diteruskan kepada generasi yang akan datang. Richard Brislin, 1993 (dalam Santrock, 2007) seorang pakar lintas budaya menjelaskan bahwa karakteristik dari budaya itu adalah tersusun dari sejumlah idealisasi, nilai, dan asumsi mengenai kehidupan yang mengarahkan perilaku manusia yang hidup dan menjalani budaya tersebut, budaya itu dibuat dan diwariskan dari satu generasi ke generasi lain, budaya memiliki pengaruh terhadap penduduknya, budaya yang dilanggar oleh beberapa orang cenderung memunculkan reaksi emosional serta budaya yang dibuat terkadang diterima dan di kehidupan yang lain ditolak oleh beberapa orang. Contoh dari sebuah budaya antara lain yaitu prestasi

dan seksualitas. Dijelaskan Santrock (2007) bahwa di negara Amerika Serikat adalah sebuah budaya yang berorientasi pada prestasi sehingga banyak orang tua yang hidup di Amerika Serikat berusaha mensosialisasikan anak-anaknya agar berorientasi pada prestasi dan mandiri. Contoh budaya yang lain yaitu berhubungan dengan aktivitas seksual. Beberapa budaya menganggap bahwa aktivitas seksual remaja sebagai suatu hal yang normal, sementara beberapa budaya yang lain juga menganggap bahwa hal tersebut adalah larangan dan tidak boleh dilakukan.

Perbedaan tersebut terkadang menjadi salah satu kesulitan yang dihadapi oleh para pendatang baru. Mereka perlu untuk melakukan adaptasi yang keras untuk dapat mengimbangnya. Ketika adaptasi yang dilakukan di lingkungan baru tersebut tidak berhasil, hal itu akan menimbulkan banyak respon negatif seperti kesedihan, kesepian, kehilangan kepercayaan diri, mengalami gangguan tidur bahkan sampai timbul depresi. Respon negatif tersebut dapat menjadi gejala dari *culture shock*.

Menurut Mulyana (2006) menjelaskan bahwa ketika individu mengalami kontak dengan budaya lain, lalu individu merasakan ketidaknyamanan psikis dan fisik karena kontak tersebut, maka individu tersebut telah mengalami *culture shock*. Menurut Oberg (dalam Dayakisni, 2008:187) menggambarkan konsep *Culture shock* sebagai respon yang

mendalam dan negatif dari depresi, frustrasi dan disorientasi yang dialami oleh orang-orang yang hidup dalam suatu lingkungan budaya yang baru.

Culture shock biasanya terjadi pada individu yang mengalami perpindahan dari satu budaya ke budaya yang lain, sehingga menimbulkan kecemasan karena merasa telah kehilangan pergaulan sosial dan berbagai budaya yang sudah dikenalnya dengan baik. Lama atau tidaknya *culture shock* ini berlangsung dipengaruhi oleh perbedaan dan persamaan yang ada pada budaya yang baru. Semakin banyak persamaan yang ada pada budaya baru, maka akan mempermudah proses adaptasi. Faktor yang lain yaitu tergantung pada perbedaan individual, kepribadian setiap individu serta pengalaman individu selama menetap. Perbedaan individu yang dimaksudkan seperti usia, jenis kelamin, proses berfikir, pendidikan dan kelas sosio-ekonomi. (Rismiyati, 2004)

Individu yang mengalami *culture shock* menurut Guanipa (dalam Chapdelaine, 2004) biasanya memiliki gejala seperti merasakan kesedihan, kesepian, kecemasan, frustrasi, menjadi lebih khawatir terhadap kesehatan, menderita gangguan kesehatan, mudah tersinggung, kehilangan rasa percaya diri, tidak mampu memecahkan masalah yang sederhana, mencoba terlalu keras dalam memahami budaya barunya, adanya penyesalan dan membanding-bandingkan dengan budaya asalnya serta kehilangan identitas dirinya.

Reaksi dan waktu terjadinya *culture shock* bervariasi antara satu individu dengan individu lainnya. Sumber dari permasalahan dan tekanan yang dialami setiap orang di lingkungan barunya juga berbeda. Hal tersebut akan memunculkan berbagai cara yang dapat dilakukan untuk keluar dari sumber permasalahan (*stressor*) yang sedang dihadapinya. Menurut Lazarus (dalam Smet, 1994) cara-cara individu untuk menghadapi situasi yang menekan atau sumber permasalahan disebut dengan proses *coping*.

Coping yang digunakan diharapkan mampu untuk mengurangi atau menghadapi *stressor* (sumber atau peristiwa yang menimbulkan stres). Prosesnya yaitu terdiri atas berbagai usaha. Usaha tersebut seperti tindakan secara nyata maupun tindakan dalam bentuk intrapsikis (peredaman emosi, pengolahan secara kognitif). Tindakan nyata yang dilakukan seperti mengelola situasi yang berlebihan, meningkatkan usaha untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan kehidupan dan mencari cara untuk mengalahkan atau mengurangi stress yang sedang dihadapinya. (King, 2010)

Bentuk strategi *coping* menurut tokoh satu dengan yang lainnya memiliki perbedaan. Lazarus dan Folkman membedakan bentuk *coping* menjadi 2 fungsi yaitu *coping* yang fokus pada masalah (*Problem focused coping*) dan *coping* yang fokus pada aspek emosi (*Emotional focused coping*). Salah satu perbedaan diantara 2 bentuk *coping* tersebut yaitu pada strategi yang digunakan untuk menghadapi masalah. *Problem focused*

coping menggunakan strategi kognitif dalam memecahkan masalahnya sedangkan *Emotional focused coping* lebih mengedepankan terhadap reaksi-reaksi emosi. Sedangkan Pestonjee membagi aspek dari strategi *coping* menjadi 2 yaitu *avoidance* (penolakan) dan *approach* (pendekatan)

Berbagai bentuk strategi *coping* tersebut, menurut Taylor 1991 (dalam Smet, 1994) keberhasilan *coping* tergantung pada penggabungan strategi *coping* yang sesuai dengan ciri masing-masing kejadian yang penuh stress, daripada mencoba menemukan satu strategi *coping* yang paling berhasil. *Coping* yang berhasil akan memiliki manfaat yaitu individu dapat bertahan hidup dan mampu melanjutkan hidupnya kembali setelah berhadapan dengan sebuah masalah (*problem*). Dapat disimpulkan bahwa *coping* yang berhasil adalah *coping* yang sesuai dengan konteks permasalahannya dan mampu untuk mengurangi atau menghadapi *stressor*.

Proses pemilihan strategi *coping* menurut Smet (1994) dipengaruhi oleh kondisi individu, karakteristik kepribadian, sosial kognitif dan hubungan dengan lingkungan sosialnya. Kondisi individu yang dimaksudkan seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, budaya, kondisi fisik dan ekonomi. Setiap orang memiliki kepribadian yang beragam seperti *introvert* dan *ekstrovert*, sehingga karakteristik kepribadian seseorang juga sangat mempengaruhi pemilihan strategi *coping* yang akan digunakan. Hasan (2013) menjelaskan bahwa Wanita tampak lebih bersemangat

dalam mencari jalan keluar dibandingkan pria, dan wanita lebih memilih *emotional focused coping*.

Beberapa penjelasan tersebut, peneliti ingin mengetahui pengaruh dari strategi *coping* sebagai cara untuk memecahkan masalah dalam menghadapi *culture shock* yang memiliki dampak negatif bagi penderitanya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Niam (2009) tentang koping terhadap mahasiswa luar jawa yang mengalami *culture shock* di Universitas Muhammadiyah Surakarta yaitu diketahui bahwa dari 78 informan yang diambil, 66 informan masuk dalam kategori *culture shock* sedang, 4 informan masuk dalam kategori *culture shock* tinggi dan 8 informan masuk dalam kategori *culture shock* rendah. Hasil lainnya yaitu dampak yang dialami atau reaksi psikologis pada mahasiswa yang mengalami *culture shock* tersebut yaitu sedih, rasa rindu pada keluarga, perasaan tidak nyaman karena banyak perbedaan, merasa bingung, kesepian dan tidak betah di kota baru. Sehingga banyak kesulitan yang dialami seperti kesulitan beradaptasi, kesulitan belajar, kesulitan transportasi, kesulitan menyesuaikan diri, kesulitan berinteraksi, kesulitan keuangan dan kesulitan keuangan.

Penjelasan tentang hasil penelitian oleh Niam, diketahui bahwa banyak kesulitan dan reaksi psikologis yang dialami oleh individu yang menderita *culture shock*. Sehingga penelitian yang akan dilakukan atau dikembangkan oleh peneliti yaitu ingin mengetahui bagaimana cara mengatasi *culture shock* tersebut dengan strategi *coping*, karena strategi

coping adalah salah satu cara yang dilakukan oleh seseorang untuk mengurangi kondisi yang tertekan atau *problem* yang sedang dialami. Bentuk dari strategi *coping* itu sendiri sangat beragam, sehingga peneliti ingin mengetahui dari berbagai bentuk strategi *coping* tersebut manakah bentuk strategi *coping* yang sering digunakan saat berhadapan dengan kondisi yang dinamakan *culture shock* tersebut.

Malang adalah salah satu kota yang terletak di Jawa Timur. Letaknya yang strategis membuat kota ini memiliki banyak tempat pariwisata seperti pantai, gunung, taman, tempat perbelanjaan dan masih banyak lagi. Kota ini juga memiliki banyak Universitas seperti Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Universitas Brawijaya, Universitas Muhammadiyah Malang, Universitas Negeri Malang, Universitas Islam Malang dan masih banyak lagi. Hal itu membuat kota ini memiliki daya tarik yang besar bagi banyak orang yang tidak tinggal di kota tersebut, sehingga membuat banyak orang berbondong-bondong ingin pergi bahkan sampai tinggal di kota ini. Tidak heran jika penduduk di kota Malang ini tidak lain adalah pendatang dari kota lain atau negara lain dengan beragam tujuan, baik untuk pergi berwisata atau menempuh pendidikan.

Salah satu perguruan tinggi tersebut memiliki program nyantri (tinggal di pondok atau ma'had). Program tersebut diberlakukan kepada seluruh mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim selama 1 tahun. Hal itu wajib dilakukan dan dipatuhi oleh seluruh mahasiswa baru yang diterima di universitas tersebut. Mahasiswa yang

masih tinggal di pondok atau di ma'had tersebut biasa disebut dengan mahasantri (mahasiswa dan santri).

Selama proses menjalankan program nyantri tersebut, mahasantri berhadapan dengan banyak peraturan dan kegiatan-kegiatan yang harus dijalankan. Salah satu program di ma'had tersebut yaitu adanya *shobahul lughoh* yang bertujuan agar mahasantri mampu belajar bahasa dan mempraktekannya. Tidak hanya itu saja selama di ma'had mahasantri tidak lepas dari kegiatan seperti mengaji, baik itu mengaji Al-Qur'an atau mengaji kitab-kitab yang lainnya. Kewajiban lain yang harus dikerjakan oleh mahasiswa baru selain nyantri dan kuliah di bidangnya masing-masing yaitu adanya perkuliahan khusus bahasa arab selama 2 semester atau 1 tahun.

Banyaknya kesibukan dan peraturan yang harus dihadapi oleh mahasiswa baru tersebut, tidak memungkiri adanya mahasiswa yang tidak mematuhi dengan alasan yang beragam. Sikap tidak patuh terhadap peraturan dan kegiatan tersebut ditemukan juga oleh peneliti terhadap mahasiswa asing. Sikap tersebut seperti tidak tinggal di ma'had melainkan tinggal di rumah kakak tingkatnya, tidak mengikuti *shobaghul lughoh* dan perkuliahan bahasa arab seperti mahasiswa lainnya. Melihat hal tersebut, peneliti mencoba bertanya kepada mahasiswa yang bersangkutan serta kepada civitas akademik yang mengatur tentang mahasiswa asing tersebut. Hasilnya ditemukan bahwa alasan dari mahasiswa asing yang melakukan pelanggaran yaitu karena mereka menemukan banyak kesulitan saat

berada di ma'had. Salah satu kesulitan tersebut yaitu komunikasi. Mahasiswa asing tersebut merasa menemukan banyak kebingungan saat berada di ma'had seperti bingung dalam berbicara dan memahami lawan bicaranya sehingga dia lebih memilih untuk tinggal bersama kakak tingkat yang berasal dari Negara yang sama. Salah satu civitas akademik yang mengatur tentang mahasiswa asing Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim juga menjelaskan bahwa mahasiswa baru terutama mahasiswa asing yang menempuh pendidikan disini hampir secara keseluruhan merasakan kesepian dan selalu merasa sendiri dalam melakukan berbagai hal. Tidak hanya itu saja, mahasiswa asing tersebut biasanya mengeluhkan tentang kesulitan-kesulitan yang dihadapinya ketika menempuh pendidikan, seperti kurang memahami saat dosen menjelaskan, kurang memahami saat berbicara dengan teman dan merasa tidak percaya diri dalam melakukan berbagai hal. Ada juga beberapa mahasiswa asing yang jatuh sakit karena terlalu memikirkannya sehingga dia terpaksa harus pulang ke Negara asalnya.

Melihat fenomena tersebut, peneliti menanyakan secara langsung kepada civitas akademik yang mengatur mahasiswa asing tentang dugaan atau kemungkinan adanya *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa asing, dengan yakin mereka menjawab bahwa mahasiswa asing tersebut hampir secara keseluruhan awalnya mengalami *culture shock* namun lambat laun *culture shock* yang dialaminya akan hilang dengan berjalannya waktu.

Penjelasan dan temuan lapangan tersebut, menjadi penyokong dari alasan peneliti mengambil subyek penelitian mahasiswa asing yang baru menempuh pendidikannya di Universitas Islam Negeri Maliki Malang dan masih berada dalam program ma'had di sunan ampel al-Aly. Kaitannya yaitu dengan pengaruh strategi *coping* terhadap *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa asing tersebut dalam proses menempuh pendidikan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat strategi *coping* (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*) pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
2. Bagaimana tingkat *culture shock* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
3. Bagaimana pengaruh strategi *coping* (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*) terhadap *culture shock* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat strategi *coping* (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*) pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

2. Mengetahui tingkat *culture shock* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mengetahui pengaruh strategi *coping* (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*) terhadap *culture shock* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah jumlah penelitian tentang strategi *coping* dan *culture shock*, dapat memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu psikologi dan khasanah pengetahuan tentang pengaruh strategi *coping* terhadap *culture shock* pada mahasiswa asing serta dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai permasalahan yang terkait.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah diharapkan pendatang baru mampu memahami berbagai bentuk strategi *coping* yang sesuai

dengan permasalahan yang dihadapinya. Serta sebagai informasi kepada masyarakat tentang *culture shock* yang dapat dialami oleh beberapa orang saat berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, sehingga diharapkan masyarakat mengetahui bagaimana cara mengatasi, mengurangi dan memahami berbagai gejala dan proses yang diakibatkan dari *culture shock* tersebut.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. CULTURE SHOCK

1. Pengertian *Culture Shock*

Istilah *Culture shock* pertama kali dikemukakan oleh Kalervo Oberg (1960) untuk menyatakan suatu penyakit jabatan dari orang-orang yang tiba-tiba di pindahkan ke dalam suatu kebudayaan yang berbeda dari kebudayaannya sendiri. Hal ini timbul akibat kecemasan karena kehilangan atau tidak melihat lagi pergaulan sosial yang sudah dikenalnya dengan baik. *Culture Shock* dapat terjadi dalam lingkungan yang berbeda. Mungkin ini dapat mengenai individu yang mengalami perpindahan dari satu daerah ke daerah lainnya dalam negerinya sendiri sampai individu yang berpindah ke negeri lain (Dayakisni, 2008).

Furnham dan Boncher, 1970 (dalam Dayakisni, 2008) mengatakan bahwa *Culture shock* adalah ketika seseorang tidak mengenal kebiasaan-kebiasaan sosial dari kultur baru atau jika mengenalnya maka tidak mampu atau tidak bersedia menampilkan perilaku yang sesuai dengan aturan-aturan yang ada di lingkungan baru. Istilah ini menyatakan ketiadaan arah, merasa tidak mengetahui harus berbuat apa atau bagaimana mengerjakan segala sesuatu di lingkungan yang baru, dan tidak

mengetahui apa yang tidak sesuai atau sesuai. *Culture shock* secara umum ditetapkan setelah minggu awal datang ke tempat yang baru.

Culture shock adalah kondisi dimana individu dalam keadaan stress, tegang dan cemas ketika dihadapkan pada budaya baru yang tidak sama dengan budaya lamanya, sehingga dapat mengganggu proses adaptasi dan berperilaku yang sesuai dengan kondisi di lingkungan dan budaya baru tersebut.

2. Penyebab Terjadinya *Culture Shock*

Berikut ada beberapa penyebab yang dapat menjadi salah satu atau lebih timbulnya *Culture shock* dalam buku psikologi lintas budaya karangan Dayakisni (2008) yaitu :

- a. Putusnya komunikasi antar pribadi baik pada tingkat yang disadari maupun tak disadari yang mengarahkan pada frustrasi dan kecemasan.
- b. Krisis identitas, dengan pergi ke luar negeri seseorang akan kembali mengevaluasi gambaran tentang dirinya.
- c. Kehilangan *cues* atau tanda-tanda yang dikenalnya. *Cues* adalah bagian dari kehidupan sehari-hari seperti tanda-tanda, gerakan bagian-bagian tubuh (*gestures*), ekspresi wajah ataupun kebiasaan-kebiasaan yang dapat menceritakan kepada seseorang bagaimana sebaiknya bertindak dalam situasi-situasi tertentu.

Fenomena mengapa *Culture shock* dapat terjadi bisa dipandang dari beberapa pendekatan. Chapdelaine (2004) mencatat empat pendekatan

dalam menjelaskan fenomena *Culture shock*. Pendekatan ini meliputi pendekatan

a. Pendekatan Fenomenologis

Menurut pendekatan ini, *culture shock* terjadi karena mereka tidak dapat lagi menggunakan referensi-referensi atau nilai-nilai budayanya untuk memvalidasi aspek penting kepribadiannya. Misalnya bila di kultur asalnya individu meyakini dirinya adalah anak baik-baik karena tidak pernah minum-minuman di bar, tidak melakukan seks bebas dengan lawan jenis, tetapi di lingkungan yang baru individu tidak dapat menggunakan standar “anak baik” sebagaimana yang digunakan di kultur asalnya. Di tempat yang baru, kondisi ini justru membuatnya dicap sebagai “anak ketinggalan jaman, kuno dan kolot”. Dalam proses inilah seringkali individu mempertanyakan kembali keyakinan-keyakinan yang dulu pernah dimilikinya, bahkan mempertanyakan kembali konsep dirinya yang sebelumnya diyakini selama ini. Hal ini seringkali menimbulkan krisis tersendiri bagi individu tersebut.

b. Pendekatan Sosiopsikologis

Pendekatan ini meliputi 2 hal yaitu penyesuaian psikologis atau afektif dan penyesuaian sosial. Dalam penyesuaian psikologis atau afektif menjelaskan bahwa ketidaksamaan kultur dapat menimbulkan perasaan asing, kesepian dan rasa kehilangan. Sedangkan dalam penyesuaian sosial menjelaskan bahwa *culture shock* terjadi karena individu tidak memiliki pemahaman budaya yang cukup untuk dapat

berinteraksi dengan baik di lingkungan barunya. Individu juga memiliki identitas kultur yang besar sehingga menyukitkannya untuk beradaptasi dengan kultur yang baru.

c. Pendekatan Kognitif

Menurut Triandis (dalam Chapdelaine, 2004) menjelaskan bahwa Individu mengalami ketidakmampuan menyesuaikan diri karena mereka menggunakan standar kulturenya sendiri untuk menilai, menginterpretasikan dan berperilaku dalam lingkungan yang baru. Hal inilah yang membuat penyesuaian dirinya menjadi tidak efektif karena perbedaan cara menginterpretasikan suatu kejadian bisa menimbulkan kesalahpahaman.

d. Pendekatan Perilaku

Anderson (dalam Chapdelaine, 2004) menjelaskan tentang sudut pandang pendekatan ini bahwa ketidakmampuan adaptasi terjadi karena individu tidak memahami sistem “hadiah dan hukuman” yang berlaku di kultur yang baru, dimana sistem hadiah dan hukuman ini bisa saja tergambar dalam perilaku verbal maupun nonverbal dalam kultur tersebut. Dalam hal ini, bisa saja terjadi, hal yang di kultur asal dianggap sebagai hal yang dianggap baik, sehingga mendapatkan hadiah, mungkin di kultur baru dianggap buruk, sehingga mendapatkan hukuman.

Penjelasan diatas dijelaskan bahwa penyebab dari *culture shock* yaitu putusnya komunikasi yang dirasakan oleh individu, krisis

identitas yang dialaminya setelah berpindah serta kehilangan *cues* atau tanda-tanda yang di kenalnya di budaya lama karena berpindah ke budaya baru. Namun penjelasan tentang fenomena mengapa *culture shock* dapat terjadi di pandang berbeda tergantung dari pendekatan yang digunakan.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Culture Shock*

Dalam rancangan kuasi eksperimental penelitian psikologi oleh Koesma (2004) dijelaskan bahwa lama dan tidaknya *Culture shock* berlangsung dalam diri individu bergantung pada beberapa faktor di bawah ini, yaitu :

- a. Perbedaan atau kesamaan kultural, dalam dua budaya dapat memiliki kesamaan atau perbedaan dalam beberapa faktor. Contohnya seperti budaya Malaysia dan Indonesia.
- b. Perbedaan individual, variabel demografi dan kepribadian setiap individu seperti usia, jenis kelamin, kemampuan kognitif, kelas sosio-ekonomi dan pendidikan. Hal tersebut dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru.
- c. Pengalaman selama menetap, pendatang baru akan lebih mudah mempelajari sebuah budaya baru jika ada seseorang dari masyarakat setempat memperkenalkannya. Kesan yang baik terhadap tuan rumah terhadap pendatang baru tersebut mempengaruhi cara pendatang memperlakukan dirinya sendiri.

4. Gejala *Culture Shock*

Gejala munculnya *Culture shock* antara satu orang dengan yang lainnya tidaklah sama. Berikut Guanipa, 1998 (dalam Chapdelaine, 2004) menjelaskan beberapa gejala *Culture shock* yang akan timbul jika dialami oleh individu, yaitu :

- a. Terjadi perubahan temperamen, rasa depresi, merasa rapuh dan lemah serta tidak berdaya
- b. Muncul kemarahan, lekas marah, mudah tersinggung, perasaan menyesal dan enggan berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain
- c. Selalu membanding-bandingkan kultur asalnya dan mengidolakan kultur asalnya secara berlebihan
- d. Perasaan sedih, kesepian, melankolis, merasa frustrasi, kemarahan, kecemasan, disorientasi
- e. Menjadi lebih khawatir tentang kesehatan. Individu yang datang dari negara yang lebih maju, biasanya menjadi lebih sensitif dengan masalah kebersihan di lingkungan barunya.
- f. Menderita rasa sakit di berbagai area tubuh, seperti alergi, diare, maag, sakit kepala dan gangguan-gangguan kesehatan lainnya
- g. Kehilangan identitas, mempertanyakan kembali identitas diri yang selama ini diyakininya. Contohnya yaitu sebelum mengalami *Culture shock* individu meyakini bahwa dirinya adalah orang yang cerdas, namun tiba-tiba individu tersebut merasa menjadi orang yang paling bodoh.

- h. Berusaha terlalu keras untuk menyerap segala sesuatu yang berhubungan dengan budaya yang baru tersebut. Hal itu disebabkan karena rasa cemas ingin menguasai atau memahami lingkungannya tersebut.
- i. Tidak mampu untuk memecahkan permasalahan yang sederhana
- j. Kehilangan rasa kepercayaan diri.

5. Fase-Fase *Culture Shock*

Fase dan tahapan-tahapan *Culture shock* sudah banyak dijelaskan oleh beberapa tokoh dalam berbagai referensi. Salah satunya yaitu oleh Oberg, Dodd dan Soelaeman. Menurut Oberg (dalam Sulaeman, 1995) menjelaskan fase-fase *Culture shock* yaitu :

a. Fase *arrival*

Fase ini umumnya terjadi pada 1-2 bulan setelah kedatangan seseorang ke tempat dan budaya yang baru. Pada saat itu individu akan sangat tertarik terhadap segala sesuatu dan ingin mencoba hal-hal yang baru ditemuinya di tempat yang baru tersebut. Fase ini berlangsung selama 1-2 bulan

b. Fase *culture shock*

Fase ini terjadi selama 8-12 bulan. Setelah menikmati budaya yang baru, kemudian individu merasakan bahwa perbedaan antara budaya yang lama dengan budaya yang baru begitu menyusahkan dan merepotkan dirinya. Setiap orang mengalami fase *Culture shock* yang

berbeda-beda disebabkan oleh beberapa hal seperti kepribadian dan dukungan sosial. Saat individu berada pada fase ini biasanya mereka merasakan stress hingga tidak bisa tidur, bingung dengan apa yang harus dilakukan, dan ada perasaan cemas dan khawatir

c. Fase *recovery*

Pada fase ini stress yang dirasakan sudah mulai berkurang. Hasil dari adaptasi yang dilakukan mulai berdampak positif bagi dirinya. Kegiatan rutinpun sudah bukan menjadi masalah lagi bagi mereka

d. Fase *adaptation*

Pada fase ini pendatang baru sudah terbiasa dengan tempat dan budaya baru yang ditinggalinya. Sehingga stress yang di alaminya pun sudah tidak di rasakan lagi.

Tahap-tahap *culture shock* yang lain dikemukakan oleh Oberg (dalam Irwin, 2007) yang disebut atau dikenal dengan istilah *U-Shape*. Berikut adalah penjelasan dari *U-Shape*, yaitu :

a. Tahap *Honeymoon/ Euphoria/ Fun*

Tahap ini dirasakan ketika pertama kali individu datang ke tempat atau budaya yang baru. Tahap ini biasanya berlangsung antara beberapa hari sampai beberapa bulan. Pada masa ini individu masih sangat terpesona dengan segala sesuatu yang ada di tempat baru. Pada tahap ini biasanya ditandai dengan individu yang antusias, merasa bersemangat dengan hal-hal yang berhubungan dengan budaya dan

lingkungan yang baru ditemuinya. Bahkan perbedaan-perbedaan budaya masih dianggap sebagai sesuatu hal yang menarik dan menyenangkan. Hal ini bisa dikatakan dengan masa pengalaman menjadi turis, karena turis akan pulang sebelum masa honeymoon selesai, sehingga yang dirasakan adalah hal-hal yang menyenangkan saja. Namun bila individu berlanjut dan tinggal lebih lama lagi di tempat baru itu, kemungkinan hal yang akan terjadi yaitu akan timbul persoalan-persoalan dari perbedaan budaya tersebut sehingga dapat mengakibatkan suasana hati yang tidak baik.

b. Tahap Krisis yaitu *Agresif/ Regresi/ Flight*

Pada tahap ini, individu mulai merasakan adanya permasalahan-permasalahan yang timbul akibat adanya perbedaan di tempat baru. Permasalahan tersebut biasanya akan menimbulkan perasaan agresif, kemarahan terhadap kultur barunya karena dianggap aneh dan tidak masuk akal. Biasanya individu akan berpaling kepada teman-teman senegaranya, yang dianggap lebih bisa diajak berkomunikasi dengan cara pandang yang sama dan kultur yang sama. Seringkali juga timbul sikap mengidolakan kultur asalnya dan menganggap kultur asalnya lebih baik, dan menganggap bahwa kultur barunya tidak masuk akal dan aneh. Hal ini memunculkan kebencian terhadap kultur barunya sehingga individu menolak untuk belajar tentang budaya barunya baik itu bahasa atau interaksi dengan orang-orang yang berada di lingkungan barunya tersebut. Oberg menyebutkan bahwa pada masa

ini disebut dengan masa krisis karena dapat menentukan apakah individu akan tinggal atau bahkan meninggalkan tempat barunya. Pada masa ini bisa muncul keinginan untuk pulang ke rumah, rindu dengan kultur asalnya dan orang-orang yang memiliki kultur yang sama dengannya.

c. *Proses Adjustment*

Individu yang bertahan dalam tahap krisis, maka individu akan masuk pada tahap selanjutnya yaitu proses *adjustment*. Tahap ini terjadi apabila individu mulai bersedia untuk mempelajari kultur barunya. Individu mulai memahami berbagai perbedaan norma dan nilai-nilai yang ada di kultur barunya. Individu mulai menemukan makanan yang cocok dengan lidah dan perutnya serta mampu beradaptasi dengan iklim dan berbagai hal yang ada di lingkungan barunya.

d. *Fit atau Integration*

Tahap berikutnya yaitu apabila individu mulai menyadari bahwa kultur barunya mempunyai hal yang baik maupun hal yang buruk, sehingga individu harus menyikapinya dengan tepat. Pada tahap ini akan terjadi proses integrasi dari hal-hal baru yang telah dipelajarinya dengan hal-hal lama yang telah diketahui selama ini, sehingga akan muncul perasaan memiliki. Hal ini memungkinkan individu mulai memunculkan definisi baru mengenai dirinya sendiri.

e. *Re-entry Stock*

Pada tahap terakhir ini dapat muncul ketika individu kembali ke negeri atau tempat asalnya. Individu mungkin menemukan bahwa cara pandangnya terhadap banyak hal tidak lagi sama. Pada masa inipun individu membutuhkan penyesuaian kembali terhadap kultur lamanya. Dalam penelitian Gaw (dalam Chapdelaine, 2004) ditemukan bahwa individu yang kembali ke dalam negerinya dan mengalami *re-entry Culture shock* yang tinggi akan menunjukkan adanya masalah dalam penyesuaian diri dan mengalami masalah rasa malu dibandingkan mereka yang mengalami *re-entry Culture shock* yang rendah.

Referensi lain Dodd (1998) meneliti tentang fase dan tahapan yang dilalui seseorang dalam proses *Culture shock*, yaitu :

a. Harapan besar “*eager expectation*”

Pada tahap ini, individu merencanakan untuk memasuki kebudayaan yang baru. Meskipun ada perasaan khawatir dalam menyongsong kemungkinan yang akan terjadi, tapi individu tersebut tetap berusaha untuk optimis dalam menghadapi masa depannya.

b. Semua begitu indah “*everything is beautiful*”

Pada tahap ini segala sesuatu yang baru terasa menyenangkan. Pada tahap ini kemungkinan individu mengalami perasaan gelisah dan susah tidur, tetapi individu tetap memiliki antusiasme dan rasa ingin tahu yang besar terhadap budaya atau tempat baru. Sehingga membuat

individu dapat mengatasi kekhawatiran dan kecemasan yang dialaminya. Beberapa ahli menyebut tahap ini sebagai tahap “bulan madu”, karena dianggap sebagai suatu pengalaman baru yang menarik.

c. Semua tidak menyenangkan “*everything is awful*”

Pada tahap ini masa bulan madu telah selesai, segala sesuatu yang dulunya sangat menarik menjadi tidak menyenangkan. Muncul rasa ketidakpuasan, ketidaksabaran dan kegelisahan yang membuat individu semakin sulit untuk berkomunikasi dan merasa menjadi orang asing. Banyak cara yang dilakukan untuk mengatasi rasa tersebut, seperti dengan cara melawan yaitu dengan mengejek, memandang rendah dan bertindak secara etnosentrik. Tahap selanjutnya yaitu melarikan diri dan mengadakan penyaringan serta pelenturan

d. Semua berjalan lancar “*everything is ok*”

Pada tahap ini individu menemukan dirinya dalam keadaan dapat menilai hal yang positif dan negatif secara seimbang. Sehingga individu tersebut telah mampu untuk beradaptasi dengan kebudayaan baru.

Soelaeman (2005) dalam bukunya juga menjelaskan tentang 4 tahap yang membentuk siklus *Culture shock*, yaitu :

a. Tahap inkubasi

Kadang-kadang disebut sebagai tahap bulan madu, karena sebagai suatu pengalaman baru yang menarik.

b. Tahap krisis

Ditandai dengan suatu perasaan dendam, pada saat inilah terjadi korban *Culture shock*

c. Tahap kesembuhan

Pada tahap ini, individu yang mengalami *Culture shock* mampu melampaui tahap sebelumnya, sehingga mampu hidup dengan damai

d. Tahap penyesuaian diri

Individu yang mengalami *Culture shock* sudah membanggakan sesuatu yang dilihat dan dirasakannya dalam kondisi dan budaya yang baru tersebut. Individu tersebut mampu menghilangkan rasa cemas dalam dirinya.

Beberapa fase yang telah disebutkan oleh berbagai tokoh diatas, rata-rata menjelaskan tentang awal mula individu merasakan budaya yang baru, yaitu timbul perasaan senang, bahagia dan hal-hal yang menarik lainnya. Lalu pada tahap selanjutnya, setelah individu lama tinggal di budaya yang baru, individu mulai berhadapan dengan persoalan-persoalan yang terjadi akibat perbedaan budaya yang ada sehingga membuat individu berjuang untuk mampu beradaptasi dengan budaya tersebut. Namun pada tahap selanjutnya yaitu setelah individu mulai terbiasa dan mampu untuk mengatasinya, individu akan dapat melanjutkan hidupnya di lingkungan yang baru tersebut.

6. Identifikasi *Cultural Shockers*

Menurut Anderson, 1994 (dalam Kevinzky, 2011) menjelaskan tentang 4 tipe identifikasi dari “*cultural shockers*”. Berikut adalah penjelasannya :

a. *The Adjusters*

Orang yang melakukan kegiatan dan memadukan tingkah lakunya dengan kebiasaan-kebiasaan yang baru dengan cara yang moderat, namun tidak terlalu efektif. Cara atau sikap yang moderat yaitu sikap seseorang dalam memandang sebuah permasalahan atau kondisi dengan terlebih dahulu mempertimbangkan segala sesuatunya dari berbagai sisi

b. *The Participants*

Orang yang mempunyai performansi optimal dalam berbagai kegiatan. Baik mengenai pekerjaan dan berbagai performa yang lain, sehingga dapat berjalan secara efektif dan dapat berakomodasi atau membantu penuh kebudayaan lokal

c. *The Time Servers*

Orang yang kurang dalam melakukan pekerjaan dan interaksi terhadap orang lain di sekitarnya. Tujuan dari sikap tersebut yaitu berusaha menghabiskan waktu secepat mungkin agar cepat kembali ke rumah atau lingkungannya

d. *The Early Returns*

Orang yang mundur pada tahapan awal dan memilih untuk melakukan strategi *flight* dan *fight* untuk dapat berkompromi dengan yang berkuasa pada lingkungan.

7. Aspek *Culture Shock*

Oberg, 1960 (dalam Indrianie, 2012) menyebutkan beberapa aspek dari *Culture shock* dengan pemahaman dari teori-teori yang telah dijelaskan sebelumnya. Berikut adalah penjelasannya :

a. Ketegangan karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis

Individu yang semakin lama mendiami sebuah lingkungan dan budaya yang baru, rasa senang dan bahagia yang dirasakannya akan berubah menjadi rasa terkejut atau *shock* karena mulai merasakan kesulitan yang dihadapi di lingkungan barunya tersebut. Dalam sebuah referensi dari *king's college london* dijelaskan bahwa hal-hal yang berkontribusi memunculkan *culture shock* tersebut yaitu karena adanya perbedaan seperti iklim, makanan, bahasa, pakaian, peraturan sosial, norma dan nilai yang ada di lingkungan baru.

Semakin lama individu berada dalam perbedaan tersebut, maka individu akan merasa cemas karena merasa berbeda dengan yang lainnya. Kecemasan yang tidak segera diatasi tersebut akan menghambat individu dalam melakukan adaptasi dengan

lingkungannya. Padahal dalam hal ini, adaptasi di lingkungan baru adalah hal penting yang harus dilakukan agar individu mampu untuk menyesuaikan dirinya serta mampu bersikap sesuai dengan norma dan nilai yang ada. Individu yang tidak dapat mengurangi kecemasannya maka akan menemui kesulitan dalam berbagai hal seperti kesulitan dalam berkomunikasi, bertingkah laku bahkan dapat menghambat proses mempelajari budaya baru tersebut.

- b. Perasaan kehilangan dan kekurangan terhadap keluarga, teman, status dan kepemilikan

Berada jauh dari orang tua dan teman yang dulu pernah dikenalnya membuat individu merasa kehilangan sosok tersebut. Perasaan kehilangan tersebut dapat sedikit terobati jika komunikasi terjalin secara lancar. Di era sekarang ini komunikasi jarak jauh sangat mudah dilakukan. Dengan menggunakan *smarthphone*, individu tidak hanya dapat melakukan telepon saja melainkan dapat memanfaatkan media sosial yang lain seperti *facebook*, *twitter*, *line*, *instagram* dan banyak yang lainnya.

Kondisi berbeda juga dapat dirasakan oleh individu jika komunikasi terhambat atau berkurang kepada keluarga dan sahabatnya. Belum lagi individu tersebut harus berhadapan dengan orang-orang asing di lingkungan barunya. Hal itu dapat menimbulkan rasa kesepian karena belum menemukan teman atau sahabat yang bisa diajak untuk

berbagi baik suka dan duka. Tidak hanya itu saja, gejala lain yang dapat muncul yaitu individu merasa enggan untuk berhubungan dan berinteraksi dengan orang lain.

c. Penolakan dari orang-orang di lingkungan baru

Sebagai individu yang tergolong masih menjadi orang baru di lingkungan tersebut, individu tentunya akan belajar untuk beradaptasi dengan lingkungan barunya tersebut. Namun, perlakuan yang diberikan oleh orang-orang di sekitarnya berbeda satu sama lain. Ada yang menghormati dan mau untuk membantu, namun ada juga yang memilih untuk menolak dan tidak peduli terhadap individu tersebut.

Perlakuan tersebut dapat memunculkan rasa kurang dihargai dari orang lain, sehingga individu merasa takut jika melakukan sebuah kesalahan dalam proses adaptasi yang dilakukannya. Tidak hanya itu saja, gejala yang sama juga akan dilakukan oleh individu yaitu menjauh dan enggan berhubungan dengan orang-orang yang ada di lingkungan barunya, sehingga hal ini dapat mengganggu individu dalam melakukan proses adaptasi yang dilakukannya.

d. Adanya kebingungan mengenai peran, harapan, nilai yang dianut, identitas diri serta perasaan yang bergejolak dalam dirinya

Individu yang mengalami *culture shock* akan merasakan kehilangan *cues* atau tanda-tanda yang dikenalnya, seperti kebiasaan-

kebiasaan sosial, gerakan bagian-bagian tubuh dan ekspresi wajah. Berada di lingkungan yang baru, secara tidak langsung menuntut individu melakukan penyesuaian diri dalam banyak hal. Hal tersebut membuat individu mengalami kebingungan akan peran, identitas serta nilai yang dianutnya.

Pada proses inilah seringkali individu mempertanyakan kembali keyakinan-keyakinan yang dulu pernah dimilikinya, bahkan mempertanyakan kembali konsep diri yang dulu pernah diyakininya. Contohnya yaitu individu merasa menjadi orang yang cerdas di lingkungan lamanya, namun di lingkungan yang baru individu merasa menjadi orang yang bodoh dan tidak mengerti apa-apa. Sehingga hal itu berdampak kepada individu akan merasakan krisis identitas di lingkungan barunya. Hal itu kemudian membuat individu kurang dapat mengeksplorasi kemampuan-kemampuan yang dimilikinya.

- e. Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan, nilai dan norma, budaya di daerah asal dengan daerah yang baru.

Banyaknya perbedaan yang telah dijelaskan sebelumnya, membuat beberapa individu mengalami ketidakmampuan dalam menyesuaikan dirinya. Hal itu dikarenakan individu menggunakan standar kulture sendiri dalam menilai dan menginterpretasikan dalam lingkungan baru tersebut. sehingga tidak jarang individu yang merasa tidak suka akan perbedaan tersebut.

Individu yang merasa tidak suka dalam menginterpretasikan perbedaan-perbedaan dalam budaya barunya tersebut, hal itu akan memunculkan sikap kurang tertarik untuk mempelajari perbedaan-perbedaan tersebut. Individu bahkan bisa sampai menolak untuk bersikap sesuai dengan aturan yang ada di lingkungan baru. Tidak hanya itu saja, individu juga akan lebih sering membandingkan-bandingkan kultur asalnya dan lebih mengidolakan kultur asalnya secara berlebihan. Hal itulah yang akan berdampak kepada penyesuaian diri yang tidak efektif .

- f. Perasaan tidak berdaya yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Ketidakmampuan individu dalam menyesuaikan dirinya disebabkan oleh banyak hal seperti interpretasi yang keliru, kecemasan berlebihan, adanya penolakan dan masih banyak yang lainnya. Dampak yang diakibatkan dari ketidakmampuan tersebut bermacam-macam, ada yang individu melihat dari sisi positifnya namun ada juga yang merasa tidak berdaya dan tidak mau bangkit lagi dari permasalahannya tersebut. salah satu contoh perasaan tidak berdaya seperti merasa sedih secara berlebihan dan merasakan hilangnya kepercayaan diri yang dimilikinya untuk dapat bangkit kembali dan mencoba untuk memperbaikinya. Hal tersebut menjadi salah satu alasan yang membuat beberapa individu yang baru berpindah di lingkungan yang baru memutuskan untuk kembali ke tempat asalnya.

8. Efek *Culture Shock*

Efek yang dapat terjadi jika *Culture shock* dialami oleh pelajar yaitu ketidakmampuan menyelesaikan tugas-tugas dengan baik dari sekolah, universitas atau tempat belajar yang lain. Persoalan lain yang timbul yaitu pelajar mulai merasa putus asa dengan kesulitan-kesulitan yang dihadapinya sehingga memutuskan untuk tidak melanjutkan studinya dan memilih untuk kembali ke negara asalnya.

Konteks yang berbeda, Milton (1998) sebagai seorang tentara Amerika yang biasa di tempatkan di negara lain menjelaskan bahwa *Culture shock* yang dialami oleh tentara tidak hanya membuat kinerja tentara menjadi buruk, melainkan membuat tentara itu menjadi kehilangan niat baik dalam melaksanakan tugasnya. Milton juga menjelaskan bahwa individu yang gagal dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya maka akan menimbulkan kerugian pribadi. Tentara yang dikirimkan ke negara baru biasanya dipilih karena memiliki harga diri dan ego yang sehat, sehingga bila di tempat baru tentara tersebut tidak mampu bekerja dengan baik, maka tentara tersebut biasanya akan mengalami tekanan pada *self esteem*.

Hopkins (1999) dan Roland (1988) melihat efek positif yang timbul dari adanya *Culture shock*. Mereka menyatakan bahwa interaksi yang terjadi dengan kultur yang baru akan mendorong terjadinya *self-directed analysis* (analisa yang diarahkan kepada diri sendiri) yang

memungkinkan individu menemukan *insight* dari aspek psikis mengenai dirinya sendiri. Dalam hal ini, pengalaman emosional dan afektif saat berinteraksi dengan kultur baru tidak selamanya menimbulkan dampak yang negatif. Namun sebaliknya, hal ini akan mendorong individu untuk mengenali dirinya lebih dalam dan menolong individu untuk mengenal dirinya dalam konteks lebih luas.

Irwin (2007) juga menjelaskan bahwa proses penemuan makna baru dari hasil adaptasi dengan lingkungan barunya memungkinkan individu kehilangan makna lama yang telah dimiliki mengenai kultur lamanya. Hal ini bisa saja membawa implikasi terjadinya krisis identitas dalam diri individu yang terpapar di suatu lingkungan baru.

Efek dari *culture shock* ada 2 yaitu efek negatif serta efek positif. Efek negatif nya yaitu menimbulkan ketidakmampuan seseorang dalam menjalankan tugas-tugasnya, adanya perasaan putus asa yang timbul, kehilangan niat baik dalam menjalankan tugas, tekanan pada *self esteem*. Namun efek positif yang dapat timbul yaitu individu dapat menemukan *insight* dari aspek psikis mengenai dirinya sendiri setelah individu tersebut melakukan interaksi dengan budayanya yang baru.

9. *Culture Shock* dalam Perspektif Islam

Perpindahan dari satu tempat ke tempat lainnya tidak hanya berlangsung di zaman sekarang ini, melainkan sudah ada sejak dulu. Salah satunya yaitu kisah yang terjadi antara kaum muhajirin dan anshar. Para

ulama menjelaskan bahwa kaum muhajirin adalah orang-orang yang hijrah dari Makkah menuju kota Madinah menyusul Rasulullah SAW untuk tinggal atau menetap di kota Madinah, mereka tinggalkan negeri, rumah, usaha bahkan keluarga dengan tujuan ingin mendapat pahala dan ridha dari Allah SWT serta ingin membela agama Allah bersama Rasulullah SAW. Kemuliaan dari kaum muhajirin tersebut tertera dalam Al-Qur'an surat Al-Hasyar ayat 8 yaitu :

لِلْفُقَرَاءِ الْمُهَاجِرِينَ الَّذِينَ أُخْرِجُوا مِنْ دِيَارِهِمْ وَأَمْوَالِهِمْ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا وَيَنْصُرُونَ
 اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ ﴿٨﴾

Artinya: (juga) bagi orang fakir yang berhijrah yang diusir dari kampung halaman dan dari harta benda mereka (karena) mencari karunia dari Allah dan keridhaan-Nya dan mereka menolong Allah dan RasulNya. mereka Itulah orang-orang yang benar. (Q.S. Al-Hasyr: 8)

Kaum Anshar adalah orang-orang yang menyambut kedatangan Rasulullah dan kaum muhajirin. Tidak hanya itu saja, kaum anshar memberikan rumah dan hartanya kepada kaum muhajirin. Tidak sedikitpun kaum anshar memiliki sifat pelit, kikir dan di hati mereka, melainkan kaum anshar membela Allah dengan harta dan jiwa raganya. Kemuliaan kaum anshar ini juga tertera dalam Al-Qur'an Surat Al-Hasyar ayat 9 yaitu :

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا

أُوتُوا وَيُؤْتِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ

الْمُفْلِحُونَ ﴿٩﴾

Artinya: dan orang-orang yang telah menempati kota Madinah dan telah beriman (Anshor) sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin), mereka (Anshor) 'mencintai' orang yang berhijrah kepada mereka (Muhajirin). dan mereka (Anshor) tiada menaruh keinginan dalam hati mereka terhadap apa-apa yang diberikan kepada mereka (Muhajirin); dan mereka mengutamakan (orang-orang muhajirin), atas diri mereka sendiri, Sekalipun mereka dalam kesusahan. dan siapa yang dipelihara dari kekikiran dirinya, mereka Itulah orang-orang yang beruntung (Q.S. Al-Hasyr: 9)

Kisah tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa antara kaum Muhajirin dan kaum Anshar saling menghargai satu sama lain. Kaum Anshar sebagai tuan rumah berusaha selalu menolong dan membantu kaum Muhajirin, sehingga kaum Muhajirin tidak merasa kesusahan dalam beradaptasi dengan kota yang baru di tinggalinya tersebut. Kaum muhajirin dan kaum Anshar saling bekerjasama satu sama lain demi membela agama Allah, sehingga permasalahan-permasalahan yang ditemui akan dipecahkan bersama. Hal itu membuat suasana kekeluargaan semakin rekat dan terjalin.

B. Strategi Coping

1. Pengertian Coping

Manusia memiliki banyak kebutuhan dan harapan. Namun saat realita yang terjadi tidak sesuai dengan harapannya maka akan timbul masalah dalam hidupnya. Bahkan ketika berbagai kebutuhan seperti kebutuhan fisik, kebutuhan psikis serta kebutuhan sosial tidak dapat terpenuhi, hal itu juga akan memicu timbulnya sebuah masalah. Oleh karena itu, manusia di dalam hidupnya tidak akan lepas dari masalah. Setiap individu memiliki permasalahan yang berbeda-beda sehingga respon yang di timbulkan pun tidaklah sama. Ada 2 respon yang akan timbul yaitu respon negatif dan positif. Salah satu respon negatif yaitu dapat membuat individu merasa tertekan, tidak nyaman bahkan sampai menimbulkan stress. Respon negatif tersebut antara lain ketakutan, sedih, dan kekecewaan. Sedangkan respon positif yang dimunculkan yaitu individu akan fokus terhadap penyelesaian masalahnya dan tidak berlarut-larut dalam kesedihan. Sehingga saat individu dihadapkan pada sebuah permasalahan, maka beberapa individu akan mencari jalan keluar untuk mengatasinya.

Coping (dalam King, 2010) pada dasarnya adalah salah satu jenis dari pemecahan masalah. Prosesnya yaitu dengan mengelola situasi yang berlebihan, meningkatkan usaha untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan kehidupan dan mencari cara untuk mengalahkan atau

mengurangi stress yang sedang di hadapinya, sehingga hal tersebut menjadi salah satu sumber daya pada manusia untuk mengatasi masalah yang hadapinya. Namun menurut Bandura *Coping* bukanlah sekedar pertanyaan untuk mengetahui apa yang dilakukan pada saat stress tetapi lebih mengimplikasikan sebuah penggunaan ketrampilan kognitif, sosial dan behavioral secara fleksibel untuk mengatasi situasi-situasi yang mengambang, sulit diprediksikan atau yang penuh tekanan (Sholichatun, 2011: 30).

Kata *coping* sendiri dalam Wardani (2009: 28) berasal dari kata *cope* yang dapat diartikan sebagai menghadapi, melawan ataupun mengatasi. Sedangkan dalam kamus psikologi, *coping behavior* diartikan sebagai sembarang perbuatan, dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan di sekitarnya dan memiliki tujuan untuk menyelesaikan sesuatu tugas atau masalah (Chaplin, 2004). Sedangkan strategi *coping* yaitu perilaku yang digunakan untuk mengurangi kegugupan dan kekecewaan akibat konflik motivasional (Kartono, 1987).

Menurut Folkman & Lazarus 1984 (dalam Smet, 1994) strategi *coping* di definisikan sebagai proses untuk mengelola jarak antara tuntutan-tuntutan baik yang berasal dari individu maupun di luar individu dengan sumber daya yang digunakan dalam menghadapi tekanan. Proses *coping* menurut Sarafino, 1998 (dalam Sholichatun, 2011) bukanlah sebuah kejadian yang bersifat tunggal karena *coping* melibatkan transaksi dengan lingkungan secara terus menerus.

Pearlin dan Scroler (dalam Hasan, 2013) menambahkan bahwa *coping* berkaitan dengan bentuk usaha yang dilakukan oleh individu untuk melindungi diri dari tekanan-tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh pengalaman sosial. Sehingga secara psikologis *coping* memberikan efek pada kekuatan (perasaan tentang konsep diri dan kehidupan), reaksi emosi, tingkat depresi atau kecemasan serta keseimbangan antara perasaan negatif dan positif.

Berdasarkan pengertian yang telah disebutkan dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* adalah usaha yang dilakukan untuk mengatasi stres dan permasalahan yang dihadapinya. Dalam proses *coping* selalu melibatkan lingkungan dan penggunaan ketrampilan kognitif, sosial serta behavioral secara luwes untuk mengatasi tekanan-tekanan yang di hadapi.

2. Macam-macam Strategi Coping

Setiap individu memiliki perbedaan dalam menyelesaikan setiap masalah yang di hadapinya, sehingga strategi *coping* setiap orang pun berbeda. Namun perlu diketahui tidak ada strategi *coping* yang yang paling berhasil. Menurut Taylor 1991 (dalam Smet, 1994) menjelaskan bahwa keberhasilan *coping* tergantung pada penggabungan strategi *coping* yang sesuai dengan ciri masing-masing kejadian yang penuh stress, daripada mencoba menemukan satu strategi *coping* yang paling berhasil. Berikut beberapa penjelasan tentang bentuk strategi *coping* dari berbagai

tokoh. Folkman & Lazarus secara umum membedakan bentuk dan fungsi *coping* menjadi 2 yaitu :

a. *Coping* yang fokus pada masalah (*Problem focused coping*)

Problem focused coping adalah strategi kognitif dimana seseorang menghadapi langsung permasalahannya dan mencoba untuk memecahkannya. Sehingga terdapat usaha yang dilakukan untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan stress dengan berbagai cara seperti modifikasi perilaku (King, 2010). Menurut Hollahan dan Moss, 1987 (dalam Indirawati, 2006) *Problem focused coping* ini disebut juga dengan *approach coping* (pendekatan). Cirinya yaitu memiliki sifat analitis logis, mencari informasi serta berusaha untuk memecahkan masalah dengan penyesuaian yang positif. Dalam Maryam (2009) di jelaskan bentuk dari *Problem focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984) yaitu :

- 1) *Planful problem solving* yaitu usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan dengan diikuti pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah. Contohnya yaitu individu bekerja dengan penuh konsentrasi dan perencanaan yang cukup baik serta mau merubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi dapat terselesaikan
- 2) *Confrontative coping* yaitu reaksi individu untuk menyelesaikan masalah dengan melakukan hal-hal yang bertentangan dengan

aturan yang berlaku dan terkadang dapat menimbulkan resiko yang cukup besar

- 3) *Seeking social support* yaitu reaksi individu untuk menyelesaikan masalahnya dengan cara mencari dukungan dari orang lain, baik berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional.

Referensi lain juga menjelaskan tentang bentuk dari *Problem focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (dalam Wardani, 2009) yaitu:

- 1) *Instrumental Action*. Tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah yang akan dilakukannya
- 2) *Negosiasi (Negotiation)*, merupakan beberapa usaha oleh seseorang yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau merupakan penyebab masalahnya untuk ikut menyelesaikan masalah
- 3) *Exercised Caution (Cautiousness)*. Individu berpikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.

Jurnal *assesing coping strategies: A theoretically Based Approach* yang di tulis oleh Carver dkk (1989), menjelaskan bahwa *Problem focused coping* terdiri dari berbagai jenis yaitu :

1) *Planning* atau perencanaan

Berpikir mengenai cara menghadapi stresor serta membuat perencanaan mengenai berbagai hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi situasi yang menimbulkan stres. Cara yang dilakukan yaitu merencanakan dan memikirkan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi sumber stres dan memecahkan suatu masalah.

2) *Suppression of competing activities*

Proses mengesampingkan atau mengabaikan aktifitas lain, menghindari terjadinya gangguan dari kejadian lain, membatasi ruang gerak dari hal-hal yang berhubungan dengan masalah. Tujuannya agar individu mampu berkonsentrasi secara penuh dalam menghadapi masalah dan stresor.

3) *Restraint Coping* atau pengendalian

Tindakan menunggu kesempatan yang tepat untuk bertindak. Mengontrol dan mengendalikan diri agar mampu mengatasi stresor secara efektif dengan pemikiran yang matang.

4) *Seeking social support for instrumental reasons*

Usaha yang dilakukan individu untuk mendapatkan dukungan sosial dengan cara meminta nasihat, bantuan atau informasi dari orang lain yang dapat membantu untuk menyelesaikan masalah.

5) *Active Coping*

Proses pengambilan langkah-langkah untuk mengatasi stresor atau memperbaiki akibat-akibat yang ditimbulkan oleh stres tersebut. Berikut adalah tindakan yang termasuk dalam *active coping* yaitu memulai tindakan langsung, meningkatkan usaha-usaha untuk menghadapi masalah, dan berusaha menjalankan upaya mengatasi masalah secara bertahap

b. *Coping yang fokus pada aspek emosi (Emotional focused coping)*

Menurut Hollahan dan Moss, 1987 (dalam Indirawati, 2006) *Emotional Focused Coping* ini disebut juga dengan *avoidance coping* (penolakan). Cirinya yaitu dengan menutupi perasaan yang menyakitkan (represi), melempar masalah kepada orang lain (proyeksi), mengingkari dan berbagai cara untuk meminimalkan ancaman. *Emotional focused coping* ini juga melibatkan usaha untuk merespon stress yang dirasakan, mencoba untuk mengelola reaksi-reaksi emosi dan bukan memusatkan perhatian pada inti dari masalah yang dihadapi. pemecahan masalah yang dilakukan fokus terhadap aspek emosi seperti menghindar dari sumber stress dan menyangkal masalah yang sedang terjadi (King, 2010).

Strategi ini digunakan untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh sumber stres (stresor) tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung.

Bentuk *emotional focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (dalam Wardani, 2009) adalah:

- 1) Menghindar (*Escapism*), yaitu perilaku menghindari masalah dengan cara membayangkan seandainya berada dalam suatu situasi lain yang lebih menyenangkan. Contohnya yaitu menghindari masalah dengan makan atau tidur, bisa juga dengan merokok atau bahkan sampai meneguk minuman keras.
- 2) Menyalahkan diri (*Self Blame*), yaitu strategi yang bersifat pasif yang menganggap bahwa dirinya yang bersalah daripada usaha untuk keluar dari masalah yang dihadapinya.
- 3) Berdoa (*Seeking meaning*), yaitu suatu proses dimana individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.
- 4) Pengabaian (*Minimization*), yaitu tindakan menghindari masalah dengan menganggap seakan-akan masalah yang dihadapi tersebut jauh lebih ringan daripada yang sebenarnya.

Menurut Lazarus dan Folkman, 1984 (dalam Maryam, 2009) juga menjelaskan bentuk dari *Emotional focused coping* yaitu :

- 1) Pengendalian diri (*self controlling*), yaitu mengendalikan pikiran dan emosi dalam diri, sehingga individu dalam menyelesaikan

masalahnya akan selalu berfikir sebelum berbuat sesuatu dan individu menghindari tindakan yang tergesa-gesa

- 2) Menjaga jarak (*distancing*), yaitu individu yang kurang peduli terhadap persoalan yang sedang di hadapinya, bahkan individu mencoba melupakan seolah-olah tidak terjadi apa-apa
- 3) Penilaian kembali secara positif (*positive reappraisal*), yaitu menilai hal-hal yang positif dari permasalahan yang sedang dihadapinya, mengambil hikmah yang dapat dipetik dari permasalahan yang sedang dihadapinya serta tidak pernah menyalahkan orang lain dan bersyukur dengan apa yang masih dimilikinya
- 4) Menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*), yaitu sikap menerima segala sesuatu saat menghadapi masalah dengan menumbuhkan kesadaran akan peran yang dimiliki dalam permasalahan yang ada
- 5) Menghindarkan diri (*escape avoidance*), yaitu sikap menjauh atau menghindar dari permasalahan yang sedang dihadapinya. Contoh dari sikap menghindar seperti tidur terlalu lama, minum obat-obatan terlarang dan tidak mau bersosialisasi dengan orang lain.

Menurut Pareek, 1998 (dalam Hasan, 2013) membagi strategi *coping* menjadi 8 bentuk yaitu :

- 1) *Intrapunitive*, individu menyalahkan dirinya sendiri terhadap masalah yang sedang dihadapinya

- 2) *Ekstrapunitive*, individu melakukan tindakan agresif untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi
- 3) *Defensive*, individu melakukan pengingkaran atau rasionalisasi ketika menghadapi masalah
- 4) *Impersitive*, individu merasa optimis bahwa waktu akan menyelesaikan masalah dan keadaan akan membaik kembali
- 5) *Intropersitive*, individu percaya bahwa harus bertindak sendiri untuk mengatasi masalahnya
- 6) *Intrapersitive*, individu berharap terhadap orang lain untuk dapat menyelesaikan masalahnya
- 7) *Impulnitive*, individu menganggap tidak ada lagi yang dapat dilakukan untuk menghadapi masalah yang dihadapi. Hal ini sama dengan individu pasrah terhadap masalah yang sedang dihadapinya
- 8) *Interpersitive*, individu percaya bahwa kerjasama dengan orang lain akan dapat membantu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Penjelasan tersebut telah jelas bahwa Lazarus dan Folkman berpendapat bahwa macam dari strategi *coping* terdiri dari 2 yaitu *Problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Keduanya memiliki perbedaan dalam mengatasi permasalahan.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Coping*

Faktor yang berpengaruh terhadap *coping* menurut Lazarus (dalam Smet, 1994) ada dua, yaitu:

- a. Sumber-sumber eksternal, diantaranya yaitu sumber-sumber nyata seperti uang dan waktu, dukungan sosial, stresor kehidupan lain seperti peristiwa besar dalam kehidupan dan peristiwa kehidupan sehari-hari
- b. Sumber-sumber internal, diantaranya yaitu gaya *coping* yang biasa digunakan dan faktor kepribadian.

Proses pemilihan strategi *coping* menurut Smet (1994) dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu :

- a. Kondisi individu seperti umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, pendidikan, intelegensi, suku, kebudayaan, status ekonomi, dan kondisi fisik
- b. Karakteristik kepribadian seperti *introvert-ekstrovert*, stabilitas emosi secara umum, *locus of control*, kekebalan dan ketahanan
- c. Sosial kognitif seperti dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, kontrol pribadi yang dirasakan
- d. Hubungan dengan lingkungan sosial seperti dukungan sosial yang diterima, integrasi dalam jaringan sosial.

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap stres dan penanggulangannya menurut Bishop (1995) adalah:

- a. *Sense of Control*

Seligman berpendapat bahwa kurangnya kontrol dapat menjadi faktor yang berpengaruh terhadap pengalaman stres. *Sense of control* ini dapat mengurangi stres dan membantu untuk menanggulangnya secara efektif. Suatu peristiwa yang tidak dapat dikontrol akan membuat individu merasa tidak berdaya dan memunculkan perasaan depresi, sehingga hal tersebut mempengaruhi motivasi individu untuk mengatasi atau menanggulangnya.

b. Karakteristik kepribadian

Karakteristik kepribadian berperan dalam mengubah situasi stresful. Berikut beberapa karakteristik kepribadian yang berpengaruh, yaitu optimisme, konsep diri, harga diri, dan pemusuhan.

c. *Locus of Control*

Dijelaskan oleh Rotter bahwa *locus of control* adalah keyakinan seseorang yang digeneralisasikan mengenai hal-hal yang menentukan sebuah hasil. Individu dengan *locus of control* internal umumnya percaya bahwa apa yang terjadi terhadap seseorang adalah akibat dirinya sendiri, sedangkan individu dengan *locus of control* eksternal melihat sebuah hasil sebagai akibat dari tekanan dari luar.

d. *Self-Efficacy*

Bandura menjelaskan bahwa *self-efficacy* mengacu pada keyakinan seseorang tentang kemampuannya mencapai tujuan yang diinginkan. Kesuksesan cenderung mengembangkan *self efficacy* lebih tinggi dan kegagalan cenderung membuat *self-efficacy* lebih rendah.

4. Aspek Strategi *Coping*

Perilaku *coping* yang dilakukan oleh individu terdiri dari beberapa aspek. Menurut Pestonjee (dalam Hasan, 2013) membagi aspek dari strategi *coping* menjadi dua yaitu :

a. Pendekatan (*approach*)

Usaha individu secara aktif menghadapi dan menyelesaikan masalahnya, sehingga permasalahan tersebut tidak lagi membebani hidupnya

b. Penolakan (*avoidance*)

Usaha individu dengan cara menghindari masalah guna untuk mengurangi ketegangan yang dialaminya

Pendapat lain tentang aspek dari strategi *coping* yang dikemukakan oleh Carver dkk (1989) dalam jurnalnya yaitu :

a. Perencanaan

Memikirkan tentang bagaimana mengatasi stres dengan cara membuat strategi untuk menghadapi masalah tersebut

b. Mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental

Individu mencari informasi, nasihat, bantuan dari orang lain yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan individu tersebut

c. Religiusitas

Sikap individu untuk menenangkan dan menyelesaikan masalah-masalah secara keagamaan seperti dengan memohon pertolongan kepada Tuhan dan banyak beribadah

d. Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional

Contohnya yaitu mencari dukungan moral, mencari simpati atau pengertian. Dukungan yang dicari semata-mata hanya untuk menenangkan dirinya atau meluapkan perasaannya saja

e. Keaktifan diri

Tindakan untuk mencoba menghilangkan penyebab stres atau memperbaiki akibat dari stres tersebut dengan cara bertindak langsung untuk menghadapinya

f. Kontrol Diri

Individu membatasi keterlibatannya dalam aktifitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru

g. Penerimaan

Situasi yang penuh dengan stres sehingga memaksa individu untuk mengatasi masalah.

Aspek *coping* menurut Pestonjee dan Carver sangat berbeda. Pestonjee menjelaskan aspek *coping* secara sederhana, yaitu penolakan (*avoidance*) dan pendekatan (*approach*). Sedangkan Carver menjelaskan lebih detail aspek dari *coping* tersebut menjadi 8 aspek yaitu perencanaan, kontrol diri, mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental,

penerimaan, Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional, keaktifan diri dan religiusitas.

5. Proses Terjadinya *Coping*

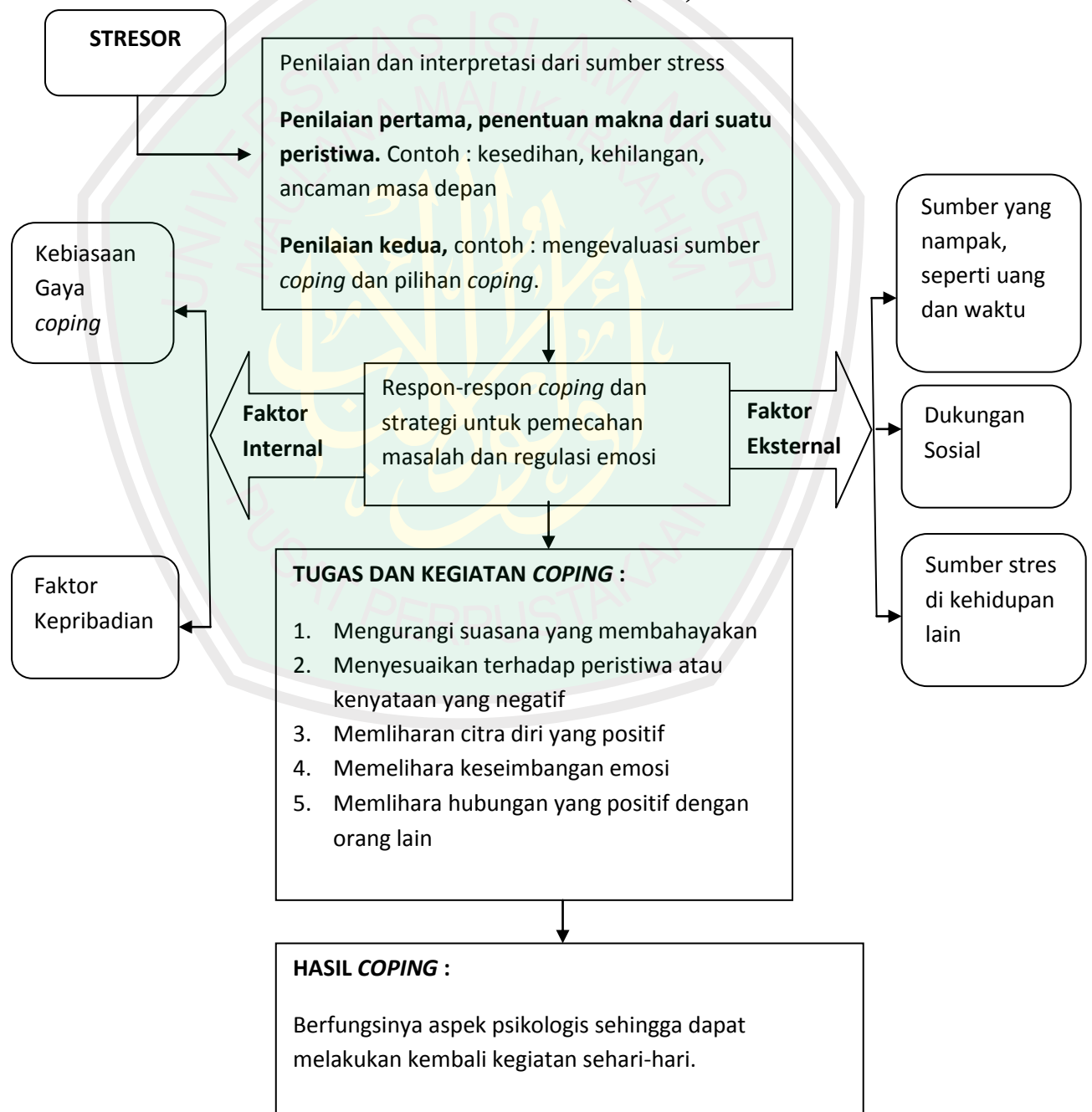
Lazarus (dalam Smet, 1994) berusaha menjelaskan tentang proses terjadinya *coping* dengan sebuah gambar. Penjelasan tersebut yaitu :

- a. Langkah pertama saat individu berhadapan dengan sebuah stresor yaitu adanya penilaian dan interpretasi dari stresor tersebut
- b. Penilaian pertama yaitu menentukan makna dari suatu peristiwa contohnya yaitu kesedihan, kehilangan dan ancaman terhadap masa depan. Penilaian selanjutnya yaitu melibatkan sumber daya seseorang menghadapi kemungkinan berbagai strategi penanganan yang efektif, yang selanjutnya membuat individu memilih strategi *coping*
- c. Selanjutnya individu melakukan strategi *coping* yang telah dipilihnya, sehingga muncul respon-respon dari *coping* tersebut. Respon-respon tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal tersebut yaitu adanya sumber stres di kehidupan yang lainnya, dukungan sosial yang diterimanya serta berbagai sumber yang nampak seperti uang dan waktu. Sedangkan faktor internal yang mempengaruhi yaitu gaya *coping* yang biasa dilakukan dan faktor kepribadian seseorang seperti stabilitas emosi dan *introvert* atau *ekstrovert*

- d. Strategi *coping* yang telah dipilih melakukan tugas dan kegiatannya secara optimal sehingga mampu untuk mengatasi masalah dan memperbaiki aspek psikologis, sehingga individu mampu untuk melakukan kembali aktivitasnya.

Gambar 2.1 Proses Terjadinya *Coping*

Sumber Smet (1994)



6. Fungsi Strategi Coping

Lazarus dkk (dalam Sarafino, 1994) membagi strategi *coping* menjadi 2 fungsi utama, yaitu :

- a. *Emotional focused coping*, berfungsi untuk mengurangi tekanan atau gejala-gejala yang timbul akibat stresor dengan cara mengatur atau mengontrol respon emosional, baik melalui pendekatan behavioral maupun kognitif. Individu cenderung menggunakan strategi ini ketika individu percaya bahwa mereka tidak dapat melakukan apapun untuk mengubah masalah atau sumber stres yang sedang dihadapinya.
- b. *Problem focused coping*, berfungsi untuk mengurangi dan mengatasi tuntutan-tuntutan dari stresor dan mengembangkan sumber kekuatan yang ada dalam diri individu untuk mengatasi masalahnya tersebut. Individu cenderung menggunakan strategi ini ketika individu percaya dapat menggunakan sumber kekuatan dalam dirinya untuk mengurangi atau mengatasi tuntutan-tuntutan akibat stresor.

Lazarus menjelaskan bahwa fungsi antara *Problem focused coping* dan *emotional focused coping* sama yaitu untuk mengurangi dan mengatasi sumber stres, namun perbedaannya terletak pada cara yang dilakukannya. Pada *Problem focused coping* yaitu dengan mengembangkan sumber kekuatan yang ada dalam diri seseorang sedangkan *emotional focused coping* dengan cara mengatur atau mengontrol respon emosional.

7. Karakteristik Strategi *Coping*

Menurut Taylor 1991 (dalam Smet, 1994) menjelaskan karakteristik dari keberhasilan *coping* yaitu tergantung pada penggabungan strategi *coping* yang sesuai dengan ciri masing-masing kejadian yang penuh stress, daripada mencoba menemukan satu strategi *coping* yang paling berhasil. Sedangkan Jensen dan Bobak (1985) berpendapat bahwa *coping* memiliki 2 sifat yaitu konstruktif dan destruktif. *Coping* yang bersifat konstruktif dapat membantu dalam penyelesaian masalah. Sedangkan *coping* yang bersifat destruktif dapat mengganggu realitas, hubungan interpersonal dan membatasi kemampuan dalam memecahkan masalah.

Reaksi individu terhadap stres dijelaskan oleh Atkinson (2000) memiliki 2 reaksi yaitu adaptif dan maladaptif. Reaksi adaptif mampu membebaskan individu dari stresor dan masalah yang dihadapinya. Sedangkan, reaksi maladaptif membuat stresor bersifat kronis (menahun) atau tidak mampu untuk dikendalikan. Atkinson juga menambahkan bahwa sebagian besar orang menggunakan dua macam strategi *coping*, baik itu *Problem focused coping* maupun *Emotional focused coping*.

<i>Type of Coping</i>	<i>Adaptive response</i>	<i>Maladaptive response</i>
<i>Problem focused coping</i>	<i>Interpersonal Assertiveness</i>	<i>Avoidance/ Procrastination</i>
<i>Emotion focused Coping</i>	<i>Meditation Aerobic Exercise</i>	<i>Excessive drinking Smoking</i>

Tabel 2.1 Strategi penanggulangan *Coping* Bersifat Adaptif & Maladaptif

Sumber: Kendall dan Hammen, 1998: 305

Sarafino (1994) menjelaskan tentang beberapa karakteristik mengenai strategi *coping* yaitu :

- a. Individu cenderung konsisten dalam menggunakan metode untuk menyelesaikan masalahnya atau stresor pada masa lalu dalam menghadapi masalah yang sama
- b. Individu jarang menggunakan satu metode untuk menghadapi stresor
- c. Upaya strategi *coping* cukup bervariasi dan tidak harus berakhir dengan penyelesaian masalah
- d. Proses *coping* bukanlah proses tunggal melainkan melibatkan dengan lingkungan
- e. Individu mengatasi stres melalui transaksi kognitif dan behavioral dengan lingkungan.

Coping antara setiap orang memang cenderung berbeda, namun setiap orang cenderung tidak menggunakan satu metode *coping* saja melainkan bisa menggabungkan antara beberapa metode. Proses kerja *coping* juga melibatkan lingkungan, sehingga upaya strategi *coping* juga bervariasi tidak hanya untuk menyelesaikan masalah saja. Bishop (1995) juga menjelaskan tiga karakteristik dari proses *coping* yaitu :

- a. Strategi *coping* berhubungan dengan penilaian seseorang. Maksudnya yaitu bagaimanapun penilaian individu terhadap suatu peristiwa, maka akan menentukan apa yang akan dilakukan individu terhadap hal tersebut. Saat strategi *coping* yang dilakukan berhasil maka dapat

mengubah penilaian awal menjadi lebih baik lagi. sedangkan jika strategi *coping* tidak berhasil, maka dapat mengakibatkan penilaian terhadap peristiwa tersebut sebagai ancaman yang lebih berat

- b. Mekanisme *coping* merupakan proses yang bersifat dinamis, yaitu melibatkan upaya yang secara terus menerus berubah secara konstan untuk mengatasi situasi stresor yang juga terus mengalami perubahan
- c. Strategi *coping* tertuju langsung pada tujuan, yaitu secara langsung ditujukan untuk mengelola ancaman yang dirasakan.

8. *Coping Outcome*

Menurut Lazarus dan Folkman, 1984 (dalam Nasir & Muhith, 2011) dijelaskan bahwa *coping* yang efektif adalah *coping* yang membantu seseorang untuk menerima dan mentoleransi situasi yang menekan atau stresor, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya. Agar *coping* dapat dilakukan dengan efektif, maka strategi *coping* tersebut perlu melakukan lima fungsi tugas *coping* (*coping task*). Berikut adalah *coping task* menurut Cohen & Lazarus (dalam Nasir & Muhith, 2011) yaitu :

- a. Mengurangi kondisi lingkungan yang berbahaya dan meningkatkan prospek untuk memperbaikinya
- b. Mentoleransi dan menyesuaikan diri dengan kenyataan yang negatif
- c. Memelihara *self image* (gambaran diri) yang positif
- d. Memelihara keseimbangan emosi
- e. Menjaga hubungan baik dengan orang lain

Penjelasan tentang *coping task* tersebut, selanjutnya akan dijelaskan tentang definisi dari *coping outcome*. *Coping outcome* (dalam Nashir & Muhith, 2011) adalah kriteria dari keberhasilan *coping* yang telah dilakukan. Setelah *coping* memenuhi sabagian atau semua *coping task* yang telah disebutkan diatas, barulah *coping outcome* dapat terlihat. Berikut adalah beberapa dari *coping outcome* tersebut, yaitu :

- a. Ukuran Fungsi fisiologis. *Coping* dinyatakan berhasil bila dapat mengurangi indikator dari stres seperti menurunnya tekanan darah, detak jantung, nadi dan sistem pernapasan
- b. Apakah individu dapat kembali pada keadaan seperti sebelum mengalami stres dan seberapa cepat dapat kembali pulih. *Coping* dinyatakan berhasil bila dapat membawa individu kembali pada keadaan seperti sebelum individu mengalami stres
- c. Efektifitas dalam mengurangi *psychological distress*. *Coping* dinyatakan berhasil bila dapat mengurangi rasa cemas dan depresi pada individu.

Penjelasan tersebut menerangkkn bahwa kriteria keberhasilan *coping* (*coping outcome*) dapat terlihat setelah individu melakukan tugas *coping* (*task coping*) yang telah dijelaskan.

9. Pandangan Islam tentang *Coping*

Masalah, musibah, cobaan selalu datang silih berganti selama hidup di dunia. Namun setiap orang menyikapinya dengan berbeda. Ada

yang selalu tenang dan tidak terburu-buru dalam menghadapinya tetapi ada juga yang bahkan sampai rela untuk mengorbankan dirinya atau bunuh diri karena merasa putus asa dengan masalah yang dihadapinya. Padahal dalam Firman Allah telah dijelaskan bahwa Allah memberikan cobaan sesuai dengan kemampuan individu. Hal itu termaktub dalam surat Al-Baqarah ayat 286 dan Al-Mukminun ayat 62 yaitu :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya : “Allah tiada membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya”. (QS: Al-Baqarah 286)

وَلَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya : “Kami tiada membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya”. (QS: Al-Mukminun 62)

Kedua ayat tersebut telah menjelaskan bahwa Allah tidak pernah memberikan masalah atau cobaan di luar batas kemampuan hambanya. Sehingga diharapkan manusia untuk selalu percaya bahwa masalah yang ada tersebut dapat diatasi dengan kemampuan yang dimilikinya. Hanya saja perlu usaha, waktu dan kesabaran untuk menyelesaikannya.

Surat Al-Insyirah ayat 1-8 juga menjelaskan bahwasanya setiap ada kesulitan pasti akan datang kemudahan. Maksudnya yaitu setelah adanya masalah pasti ada jalan keluarnya. Berikut adalah bunyi surat Al-Insyirah ayat 1-8 yaitu :

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ﴿١﴾ وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ ﴿٢﴾ الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ﴿٣﴾ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ﴿٤﴾

﴿٥﴾ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٧﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٨﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٩﴾

- 1) Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu ?
- 2) Dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu
- 3) Yang memberatkan punggungmu ?
- 4) Dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama) mu
- 5) Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan
- 6) Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan
- 7) Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain
- 8) Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.

Ayat tersebut mengajak orang muslim untuk selalu mengingat Allah dalam keadaan sempit atau lapang. Contoh keadaan lapang disini yaitu saat kondisi tubuh masih sehat, memiliki ekonomi yang cukup dan masih banyak yang lainnya. Sedangkan contoh keadaan sempit yaitu saat seseorang berada dalam kondisi yang terbelenggu oleh permasalahan, sakit, jatuh miskin dan masih banyak lainnya. Hal itu di jelaskan dalam H.R. Ahmad no. 2857 yang telah dinyatakan shahih oleh Albani dalam takhrijnya untuk Riyadhhus Sholihin yaitu :

تَعْرِفُ إِلَى اللَّهِ فِي الرَّخَاءِ يَعْرِفُكَ فِي الشَّدِّ

Artinya: “Kenalilah Allah ketika lapangmu maka Allah akan mengenalimu ketika kedaan sempitmu”

Menurut Bahreisy (1992) didalam Q.S. Al-Insyirah ayat 1-8 yang telah mencantumkan secara tersirat tahap-tahap dalam memecahkan atau

menyelesaikan masalah. Tafsir surat Al-Insyirah tersebut menjelaskan 3 langkah yang dapat dilakukan seseorang saat menghadapi masalah, yaitu :

a. *Positive Thinking*

Tafsir surat Al-Insyirah ayat 1-6 merupakan janji dan kabar gembira dari Allah bahwa setiap persoalan atau permasalahan dalam hidup selalu ada jalan keluarnya. Maka langkah pertama saat menghadapi masalah yaitu dengan lapang dada, sehingga akan timbul pikiran yang positif (*positive thinking*) terhadap masalah yang sedang dihadapi. Berpikir positif membuat individu jernih dalam berpikir dan mencari jalan keluar yang tepat untuk permasalahannya.

b. *Positive Acting*

Tafsir surat Al-Insyirah ayat 7 menjelaskan tentang langkah selanjutnya setelah berpikir positif. Langkah tersebut yaitu dengan berusaha keras menyelesaikan persoalan dengan tindakan yang nyata dan positif. Usaha konkrit ini adalah anjuran nyata dari Allah untuk tidak mudah menyerah dalam menghadapi persoalan seberat apapun. Makna lain yang tersirat dari ayat tersebut yaitu dengan mencoba meminta bantuan kepada orang lain sebagai perantara pertolongan dari Allah.

c. *Positive Hoping*

Tafsir ayat terakhir dari surat Al-Insyirah yaitu tentang usaha terakhir individu setelah melakukan proses *positive thinking* dan *positive acting*. Dalam hal ini proses terakhir yang perlu dilakukan yaitu

dengan berdoa dan bertawakal kepada Allah. Harapan dari proses yang terakhir ini yaitu individu mampu mendapatkan hasil yang terbaik dari usaha yang dilakukannya

C. PENGARUH ANTARA STRATEGI *COPING* DAN *CULTURE SHOCK*

Fenomena *culture shock* biasa dialami oleh individu yang berhadapan dengan lingkungan atau budaya yang baru. Motif seseorang melakukan perpindahan sangatlah beragam seperti pendidikan, karir, pekerjaan bahkan untuk sekedar rekreasi. Furnham dan Bochner (1986) menjelaskan tentang istilah yang berbeda untuk seseorang yang melakukan perpindahan di budaya atau tempat yang baru berdasarkan berapa lama waktu menetap. Menurut Furnham dan Bochner, turis adalah mereka yang tinggal di suatu kultur baru namun tidak terlalu lama (dalam kurun waktu kurang dari 6 bulan), sedangkan istilah *sojourner* adalah individu yang tinggal dalam waktu lama yaitu sekitar 6 bulan sampai dengan 5 tahun.

Furnham (1986) menyebutkan bahwa mahasiswa asing disebut sebagai “*Sojourners*” atau tamu, karena mereka hanya tinggal sementara di suatu lingkungan baru namun dalam jangka waktu yang cukup lama untuk menempuh pendidikannya tersebut. Riset yang dilakukan oleh Bochner (dalam Furnham, 1986) menjelaskan motif-motif mahasiswa belajar di luar negeri serta ekspektasi dan harapan-harapan mereka yang berkaitan dengan studi di luar negeri yaitu memperoleh keahlian profesi, *culture-learning* dan perkembangan pribadi.

Pada saat mahasiswa melakukan perpindahan dari budaya atau negara lama ke budaya dan negara baru, tentu selama proses menempuh pendidikan tersebut mereka tidak lepas dari adaptasi dan penyesuaian diri. Beberapa riset yang dikembangkan dari berbagai pendekatan yang berbeda, ditemukan hasil yang konsisten bahwa terdapat persoalan-persoalan yang muncul dalam hal penyesuaian diri. (Chapdelaine, 2004)

Diantara beberapa persoalan penyesuaian diri yang dialami mahasiswa tersebut, salah satu persoalan yang dianggap sebagai issue mendasar yang dialami oleh mahasiswa asing adalah adanya fenomena *culture shock*. Fenomena ini dianggap menjadi akar dari berbagai kesulitan penyesuaian diri yang dialami oleh mahasiswa *asing*. Penelitian Chapdelaine (2004) menemukan bahwa hal yang mendasari munculnya *culture shock* adalah adanya kesulitan-kesulitan sosial antara individu tersebut dengan penduduk asli dari negara yang didatanginya. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa subjek penelitiannya melaporkan bahwa mereka memiliki lebih banyak kesulitan sosial di negara baru, dibandingkan saat mereka berada di negara asalnya.

Furnham dan Bochner, 1986 (dalam Indranie, 2012) menjelaskan gejala-gejala yang muncul saat seseorang menghadapi *culture shock* dari segi psikologis yaitu stres, cemas, sedih, jenuh, marah kehilangan rasa percaya diri, sensitif. Sedangkan dari segi fisik diantaranya yaitu muncul psikosomatis seperti maag, alergi sakit kepala, diare.

Saat individu berada dalam kondisi yang demikian, maka sangat perlu diketahui bagaimana cara mengurangi atau mengatasi gejala-gejala tersebut. Salah satu hal yang dapat menguranginya yaitu dengan memilih strategi *coping* yang tepat untuk mengatasinya. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Indirawati, 2006) menjelaskan tentang definisi dari strategi *coping* itu sendiri yaitu strategi atau pilihan cara berupa respon perilaku, pikiran dan sikap yang digunakan dalam rangka memecahkan permasalahan yang ada agar dapat beradaptasi dalam situasi yang menekan. Dalam koesma (2004) juga dijelaskan bahwa beberapa penelitian memaparkan mengenai mahasiswa asing yang mengalami permasalahan dalam penyesuaian diri. Permasalahan dalam penyesuaian diri tersebut dapat berdampak pada proses studi mahasiswa asing, sehingga permasalahan-permasalahan yang kemungkinan dihadapi oleh mahasiswa tersebut disebut sebagai sumber stress (*stressor*). Sumber stress ini dapat mempengaruhi keadaan individu apabila individu tersebut tidak memiliki strategi *coping* yang adaptif atau tepat.

Riset yang dilakukan oleh Niam (2009) di jelaskan bahwa subjek penelitiannya mengalami *culture shock* dengan memunculkan gejala seperti sedih, rindu pada keluarga, Ketidaknyaman akibat perbedaan makanan, bahasa, suhu udara, bingung, merasa kesepian. Namun untuk mengatasinya mereka menggunakan strategi *coping* seperti mencari dukungan sosial, kontrol diri dan keaktifan diri. Dari hasil penelitian tersebut peneliti memberikan saran terhadap pembacanya yaitu individu diharapkan mampu mengatasi

culture shock dengan bentuk-bentuk *coping* yang positif, sehingga merasa nyaman tinggal di daerah yang baru.

Penjelasan-penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa strategi *coping* memiliki pengaruh terhadap *culture shock*. Saat individu mengalami *culture shock* maka akan muncul banyak gejala salah satunya yaitu cemas dan stres, untuk mengurangi gejala tersebut strategi *coping* memiliki peranan penting. Dengan kata lain saat seseorang mampu memilih strategi *coping* yang tepat untuk menyikapi permasalahannya, maka akan dapat mengurangi *culture shock* yang dialaminya. Namun saat individu kurang mampu memilih strategi *coping* dalam menyelesaikan permasalahannya, maka *culture shock* yang dialami juga akan susah untuk diatasi.

D. HIPOTESIS PENELITIAN

Menurut Arikunto (2002) hipotesis adalah pernyataan sementara (*tentative explanation*) tentang hubungan diantara dua variabel atau lebih. Sedangkan jika dalam konteks penelitian, hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan atas teori yang relevan dan belum didasarkan atas data empiris.

Berdasarkan penjelasan diatas, hipotesis yang diajukan peneliti berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu :

Ha : Adanya pengaruh antara bentuk strategi *coping* terhadap *culture shock* pada pada mahasiswa *asing* tahun ajaran baru 2015/2016 di Universitas Islan Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan sebuah strategi yang digunakan dalam penelitian agar peneliti memperoleh data yang tetap sesuai dengan karakteristik dan tujuan penelitian. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh strategi *coping* terhadap *culture shock* pada mahasiswa asing yang baru menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka jenis penelitian yang digunakan yaitu menggunakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian serta analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. (Sugiyono, 2011)

Hipotesa menggambarkan hubungan antara dua variabel atau lebih untuk mengetahui apakah suatu variabel disebabkan, dipengaruhi atau tidak oleh variabel yang lainnya. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif juga menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika. (Azwar, 1998: 5)

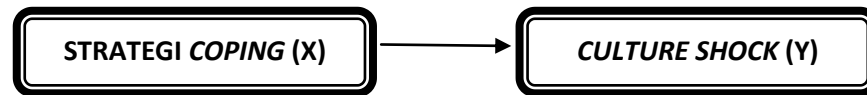
B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sebelum penelitian dilakukan, terlebih dahulu peneliti melakukan identifikasi variabel yang berguna untuk memudahkan pengertian akan fungsi setiap variabel. Identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsinya masing-masing. (Azwar, 1998: 61)

Berdasarkan landasan teori dan hipotesis penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka variabel-variabel dalam penelitian ini dapat digolongkan sebagai berikut:

1. Variabel bebas (*Independent Variable*) (X) menurut Azwar (1998) adalah variabel yang variansinya mempengaruhi variabel lain, sehingga variabel ini dipilih dan secara sengaja dimanipulasi oleh peneliti agar efeknya terhadap variabel lain dapat diamati dan diukur. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah strategi *coping*
2. Variabel terikat (*Dependent Variable*) (Y) menurut Azwar (1998) adalah variabel yang variansinya dipengaruhi oleh variabel lain atau variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel ini tidak dimanipulasi, melainkan bervariasi mengikuti perubahan atau variasi dari variabel bebas sebagai dampak dari manipulasi terhadap variabel tersebut. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *culture shock*. Berikut adalah ilustrasi gambar pengaruh dari variabel X terhadap Y, yaitu :

Gambar 3.1 Pengaruh Variabel X ke Y



C. Definisi Operasional

Definisi operasional menurut Azwar (1998) yaitu suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan atas karakteristik-karakteristik variabel yang diamati. Suatu penelitian harus memilih dan menentukan definisi operasional yang paling relevan terhadap variabel penelitiannya. Adapun definisi operasional pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Strategi *coping* adalah usaha yang dilakukan untuk mengatasi stres dan permasalahan yang dihadapinya dengan menggunakan kemampuan berpikir, sosial, behavioral yang tidak lepas dari interaksi dengan lingkungannya.
2. *Culture shock* adalah kondisi dimana individu merasa tidak nyaman secara fisik dan psikis ketika berhadapan dengan budaya atau lingkungan baru sehingga dapat mengganggu proses adaptasi dan bersikap.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Menurut Azwar (1998) populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Menurut Latipun

(2006) populasi merupakan keseluruhan individu atau objek yang akan diteliti dan memiliki beberapa karakteristik seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, wilayah tempat tinggal serta karakteristik lainnya. Penjelasan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa asing yang baru menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun ajaran 2015/2016. Mahasiswa asing tersebut memiliki latar belakang dan budaya yang berbeda-beda namun memiliki kesamaan yaitu berhadapan dengan sebuah budaya baru dalam prosesnya menuntut ilmu di Indonesia. Data yang didapatkan dari bagian akademik kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tentang jumlah mahasiswa asing tahun ajaran 2015/ 2016 yaitu 58 anak.

2. Sampel dan Teknik sampling

Menurut Azwar (1998) sampel adalah sebagian dari populasi, sehingga sampel juga harus memiliki ciri atau karakteristik yang dimiliki oleh populasinya. Representatif atau tidaknya sampel tergantung pada sejauhmana karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasinya. Sehingga dalam pemilihan sampel diperlukan pemahaman tentang teknik pengambilan sampel (*sampling techniques*) yang tepat.

Menurut Arikunto (2010), penentuan pengambilan sampel jika populasi kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Namun jika jumlah

populasinya besar maka dapat diambil antara 10-15 % atau 20-55% atau lebih tergantung dari kemampuan peneliti. Data yang telah didapatkan tentang jumlah populasi yaitu 58 mahasiswa asing tahun ajaran 2015/2016 tersebut, maka semua populasinya akan dijadikan sebagai sampel karena jumlahnya yang sedikit. Namun dalam proses penelitian, beberapa responden tidak dapat dianalisa sehingga peneliti hanya mampu mengumpulkan data sebanyak 35.

E. Metode Pengumpulan Data

Azwar (1998) menjelaskan bahwa metode atau teknik pengumpulan data dalam penelitian bertujuan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang akan di teliti. Tujuan untuk mengetahui harus dicapai dengan menggunakan metode atau cara-cara yang efisien dan akurat. Berikut adalah metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Observasi

Sebagai metode ilmiah, observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Dalam arti yang luas observasi sebenarnya tidak hanya terbatas kepada pengamatan yang dilakukan baik secara langsung maupun tidak langsung. Observasi dilakukan ketika peneliti membagikan kuesioner kepada mahasiswa Thailand yaitu pada tanggal 5 Desember 2015 di lapangan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan kepada mahasiswa sudan tanggal 6 Desember 2015 di vila bukit tidar

2. Wawancara

Wawancara menurut Hadi (1993) adalah metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandaskan kepada tujuan penyelidikan. Maksud dari sepihak yaitu menerangkan perbedaan tingkat kepentingan antara kedua belah pihak. Wawancara dilakukan kepada mahasiswa Thailand yaitu tanggal 24 November 2015.

3. Kuesioner (angket)

Menurut Sugiyono (2011) angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Penyusunan pertanyaan dalam angket ini yaitu menggunakan pertanyaan tertutup, dimana pertanyaan-pertanyaan yang dituliskan telah disediakan jawaban pilihan, sehingga responden tinggal memilih salah satu dari jawaban yang telah disediakan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model likert. Pada angket ini responden dihadapkan hanya pada 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS) dan tidak sesuai (TS).

Terdapat dua pernyataan dalam angket yang disediakan, yaitu pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Pernyataan *favourable*

merupakan pernyataan yang berisi hal-hal positif dan mendukung indikator dari sikap yang akan diukur atau diteliti. Sebaliknya pernyataan *unfavourable* adalah pernyataan yang berisi hal-hal negatif atau yang tidak mendukung dari indikator sikap yang akan diukur atau diteliti.

Skala dapat diberikan secara langsung atau dikirim melalui pos atau internet. Tetapi akan lebih baik jika skala diberikan secara langsung, karena dengan adanya kontak langsung antara peneliti dengan responden maka akan menjalin suatu kondisi yang baik antara peneliti dan responden serta responden dengan suka rela akan memberikan data yang obyektif dan cepat (Sugiyono, 2011)

F. Instrumen Penelitian

Penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diukur yaitu strategi *coping* dan *culture shock*. Variabel-variabel tersebut akan diolah untuk mengetahui pengaruh dari strategi *coping* terhadap *culture shock* terhadap mahasiswa asing Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun ajaran 2015/2016.

Prosesnya yaitu dengan membuat skala dari 2 variabel tersebut lalu memberikannya kepada sampel yang diteliti. Cara atau metode pengisian skala tersebut yaitu dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang telah tersedia dari berbagai pernyataan-pernyataan. Bentuk skala dalam penelitian ini menggunakan model likert. Metode ini menggunakan distorsi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya. Kriteria

penilaian dari skala likert ini berkisar antara satu sampai dengan empat pilihan jawaban sebagai berikut:

1. Untuk butir pernyataan yang *favourable*
 - a. Skor 4 diberikan untuk jawaban sangat setuju (SS)
 - b. Skor 3 diberikan untuk jawaban setuju (S)
 - c. Skor 2 diberikan untuk jawaban tidak setuju (TS)
 - d. Skor 1 diberikan untuk jawaban sangat tidak setuju (STS)
2. Untuk butir pernyataan yang *unfavourable*
 - a. Skor 1 diberikan untuk jawaban sangat setuju (SS)
 - b. Skor 2 diberikan untuk jawaban setuju (S)
 - c. Skor 3 diberikan untuk jawaban tidak setuju (TS)
 - d. Skor 4 diberikan untuk jawaban sangat tidak setuju (STS)

Skala dalam penelitian ini termasuk dalam teknik pengumpulan data primer, yaitu karena skala berfungsi sebagai media penggalian data secara statistik dalam melakukan penelitian langsung ke lapangan yang diberikan kepada sampel yang telah ditentukan. Pada penelitian ini terdapat dua skala yaitu skala tentang strategi *coping* dan *culture shock*. Berikut adalah *blue print* dari strategi *coping* dan *culture shock* :

1. *Blue Print Culture Shock*

Skala *culture shock* merupakan instrumen yang digunakan untuk mengetahui seberapa besar *culture shock* yang dialami oleh responden. Skala *culture shock* ini menganut pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Oberg serta pemahaman yang diperoleh oleh peneliti dari gejala

culture shock dan teori tentang *culture shock* itu sendiri. Berikut adalah *blue print* dari *culture shock* :

Tabel 3.1 *Blue print culture shock*

Aspek	Indikator	Item	
		Fav	Unfav
Ketegangan karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis	Terkejut dengan kebiasaan di lingkungan yang baru	1	26
	Timbul kecemasan ketika berinteraksi dengan orang lain	2, 3	27
Perasaan kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, status, dan kepemilikan	Merasa kesepian di lingkungan yang baru	4, 5	28
	Tidak menemukan lagi sosok pengganti orang tua atau keluarga di lingkungan baru	6, 7	29, 30
	Tidak memiliki teman yang banyak di lingkungan baru	8, 9	31
Penolakan terhadap dan dari orang-orang di lingkungan baru	Dianggap sebagai orang asing ketika berkumpul bersama teman baru	10, 11	32
	kurang dihargai ketika sedang melakukan sebuah aktivitas di lingkungan baru	12, 13	33
	Merasa sering ditertawakan atau dijadikan lelucon ketika melakukan kesalahan	14, 15	34
Adanya kebingungan mengenai peran, harapan terhadap peran tersebut, nilai yang dianut, perasaan dan identitas diri	Membanding-bandingkan budaya yang baru dengan budaya lamanya.	16, 17, 18	
	Merasa kurang mampu mengeksplorasi diri di lingkungan baru	19, 20	35
	Kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki jika diterapkan di lingkungan yang baru	21	36
Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan, nilai atau norma, sopan santun di daerah asal dengan di daerah baru	Menganggap aneh kebiasaan, norma dan nilai yang ada di lingkungan baru.	22, 23	37
	Kurang tertarik untuk mempelajari bahasa dan norma yang ada di lingkungan baru.	24, 25	38
Perasaan tidak berdaya yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri di lingkungan baru	Merasa putus asa dan ingin cepat kembali ke negara asalnya	1	26
	Merasa gagal dalam beradaptasi di lingkungan baru.	2, 3	27

2. Blue Print Strategi Coping

Skala *Coping* ini menganut pada *Ways of Coping Questionnaire* yang dibuat oleh Lazarus dan Folkman, *COPE scales* oleh Carver dkk serta kuesioner yang digunakan oleh Dr. Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si.

Tabel 3.2 Blue print strategi coping

Dimensi	Bentuk Coping	Indikator	Item	
			Fav	Unfav
Problem focused coping	<i>Planful problem solving</i>	Usaha pemecahan masalah disertai pendekatan analisis dalam menyelesaikan masalah	1, 2, 3	31, 32
	<i>Confrontative coping</i>	Menggambarkan reaksi agresi untuk menyelesaikan masalah	4, 5, 6	33, 34
	<i>Seeking social support</i>	Meminta saran orang lain dalam menyelesaikan masalah	7, 8, 9	35, 36
		Meminta dukungan emosi pada orang lain	10, 11, 12	37, 38
Emotional focused coping	<i>Self Controlling</i>	Mampu mengendalikan pikiran dan perasaan sehingga tidak tergesa-gesa dalam menyelesaikan masalah	13, 14, 15	39, 40
	<i>Distancing</i>	Kurang peduli terhadap masalah yang dihadapi bahkan seolah-olah lupa dengan masalahnya	16, 17, 18, 19	41
	<i>positive reappraisal</i>	Mengambil hal-hal positif dari permasalahan yang dihadapi dan bersyukur atas apa yang di miliknya	20, 21, 22	42, 43
	<i>accepting responsibility</i>	menerima segala sesuatu saat menghadapi masalah dengan menumbuhkan kesadaran akan peran yang dimiliki	23, 24, 25	44, 45
	<i>escape avoidance</i>	sikap menjauh atau menghindar dari permasalahan yang sedang dihadapinya	26, 27, 28, 29, 30	

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Azwar (1998) menjelaskan bahwa kepercayaan dapat diberikan pada hasil penelitian tergantung pada akurasi dan kecermatan data yang diperoleh. Akurasi dan kecermatan data hasil pengukuran tergantung pada validitas dan reliabilitas alat ukurnya. Menurut Azwar Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah.

a. Uji Validitas Isi

Validitas isi (*Content Validity*) menurut Azwar (1998) adalah sejauhmana angket atau kuesioner tersebut mencakup data yang komprehensif dan relevan dengan tujuan penelitian. Cara mengetahui validitas isi sebuah alat ukur dapat dilakukan dengan pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgment* (penilaian ahli). Menurut Nisfiannoor (2009) validitas isi merupakan kerepresentatifan

butir-butir aitem dalam instrumen pengukuran. Cara yang digunakan untuk menentukan validitas suatu aitem dalam penelitian ini menggunakan *content validity Ratio* (CVR) untuk variabel *culture shock* dan Aiken's V untuk variabel strategi *coping*.

Content validity Ratio (CVR) dikembangkan oleh Lawshe (1975). Pendekatan CVR ini pada dasarnya adalah sebuah metode untuk mengukur kesepakatan diantara penilai tentang pentingnya aitem tertentu. Hendryadi (2014) menjelaskan bahwa Lawshe mengusulkan bahwa setiap penilai atau *subject matter experts* (SME) untuk menjawab pertanyaan pada setiap aitem dengan 3 pilihan jawaban yaitu (1) sebagai aitem yang *esensial* atau penting, (2) aitem yang dianggap berguna tapi tidak *esensial*, (3) aitem yang tidak diperlukan.

Penilaiannya yaitu jika lebih dari setengah panelis atau SME menunjukkan bahwa aitem tersebut adalah penting atau esensial, maka aitem tersebut dapat dikatakan memiliki validitas isi. Angka CVR bergerak antara -1 sampai +1. Bila $CVR > 0$, berarti 50% lebih dari SME dalam panel menyatakan aitem adalah *esensial* atau penting. Semakin lebih besar nilai angka CVR dari angka 0, maka semakin *esensial* dan semakin tinggi validitas isinya.

Berikut adalah formula yang diajukan oleh Lawshe untuk menghitung *content validity Ratio* (CVR) yaitu :

$$CVR = (2ne/ n) - 1$$

Keterangan : CVR = *Content validity Ratio*

ne = Banyaknya SME yang menilai aitem esensial atau penting

n = Banyaknya SME yang ikut menilai

Adapun para ahli yang dipilih penulis untuk menjadi panelis dalam menilai aitem pada skala *culture shock* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Daftar panelis CVR skala *culture shock*

No	Nama	Bidang Keahlian
1.	Dr. Yulia Sholichatun, M.Si	Psikologi Klinis
2.	Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si	Psikologi Perkembangan
3.	Fina Hidayati, M.A	Statistika
4.	Dr. Mohammad mahpur, M.Si	Psikologi Sosial
5.	Dr. IIn Tri rahayu, M.Si. Psi	Psikologi Klinis

Setelah dilakukan proses CVR oleh beberapa ahli, terdapat beberapa aitem yang dianggap kurang sesuai dengan indikator pada setiap variabel. Sehingga setelah dilakukan perhitungan dengan rumus yang telah dijelaskan sebelumnya, ada beberapa aitem yang mengalami pengguguran (terlampir).

Pada variabel strategi *coping*, peneliti menggunakan *Aiken's V*. Hendryadi (2014) menjelaskan bahwa Aiken (1985) telah merumuskan formula *Aiken's V* untuk menghitung *content-validity coefficient* yang didasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu aitem. Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai

5 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan). Berikut adalah formula yang dikemukakan oleh Aiken yaitu :

Tahap 1 : Mencari skor “s” terlebih dahulu

$$s = r - lo$$

Tahap 2 : Menghitung *Aiken's V*

$$V = \sum s / [n(c-1)]$$

Keterangan

r = Angka yang diberikan oleh seorang penilai

lo = angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)

$\sum s$ = jumlah skor

n = panel penilai

c = Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 5)

Rentang angka V yang mungkin diperoleh adalah antara 0 sampai dengan 1,00. Jika angka V semakin mendekati 1,00 maka dapat diinterpretasikan sebagai koefisien yang tinggi bagi aitem tersebut, dan begitu juga sebaliknya.

Adapun para ahli yang dipilih penulis untuk menjadi panelis dalam menilai aitem pada skala strategi *coping* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4 Daftar panelis *aikens' V* skala strategi *coping*

No	Nama	Bidang Keahlian
1.	Dr. Yulia Sholichatun, M.Si	Psikologi Klinis
2.	Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M.Si	Psikologi Perkembangan
3.	Mohammad Iksan, S. Psi., MA	Psikologi Sosial

Setelah dilakukan proses *aikens'V* oleh beberapa ahli, terdapat beberapa aitem yang dianggap kurang sesuai dengan indikator pada setiap variabel. Sehingga setelah dilakukan perhitungan dengan rumus yang telah dijelaskan sebelumnya, ada beberapa aitem yang mengalami pengguguran (terlampir).

b. Uji Validitas Konstruk

Nisfiannoor (2009) menjelaskan bahwa validitas konsepsi (*construct validity*) merupakan sejauhmana alat ukur atau tes yang ada benar-benar mengungkapkan suatu konsepsi teoretis yang diukur. Maksud dari penjelasan dari Nisfiannoor tersebut yaitu validitas yang mengacu pada sejauhmana hasil pengukuran dianggap mencerminkan konstruk dalam suatu teori yang digunakan. Untuk menguji validitas konstruksi, instrumen yang disusun mengacu pada teori yang relevan melalui pendapat para ahli yang kemudian divalidasi oleh ahli sebelum diberikan kepada sampel. Setelah data dari sampel telah didapatkan, selanjutnya data tersebut ditabulasi dan dikorelasikan dengan skor antar aitem. Sugiyono (2012) menjelaskan bahwa bila korelasi tiap faktor tersebut positif dan besarnya 0,3 ke atas maka faktor tersebut merupakan konstruk yang kuat dan memiliki validitas konstruksi yang baik. Namun jika besarnya kurang dari 0,3 maka instrumen tersebut bisa dikatakan tidak valid dan harus diperbaiki atau dihilangkan. Adapun perhitungan validitas konstruk ini yaitu menggunakan

program komputer analisa kesahihan butir aitem melalui program IBM SPSS 16,0 *for windows*.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2010) reliabilitas adalah serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur yang memiliki konsistensi bila pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur tersebut dilakukan secara berulang. Teknik untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik pengukuran *Alpha Cronbach* dimana suatu instrumen dapat dikatakan handal bila memiliki koefisien kendala atau alpha sebesar 0,6 atau lebih, jadi apabila koefisien reliabilitasnya mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, begitu juga sebaliknya koefisien semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya. Pengujian reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik varian *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan program IBM SPSS 16.0 *for windows*. Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_b^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} = Reliabilitas Instrumen

K = Banyaknya butir pertanyaan atau soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir

σ_b^2 = Varians total

H. Teknik Analisis Data

Data mentah yang telah dikumpulkan tidak akan ada gunanya jika tidak dianalisis. Analisis data dalam sebuah penelitian sangat penting karena dapat memberikan makna dan arti yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian (Nazir, 2011). Perhitungan dan analisis tersebut menggunakan bantuan program IBM SPSS 16.0 *for windows*. Data mentah yang telah diperoleh oleh peneliti kemudian dianalisis dalam beberapa tahap yaitu :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas pada model regresi digunakan untuk menguji apakah nilai residual yang dihasilkan dari regresi terdistribusi secara normal atau tidak. Metode yang digunakan untuk menguji normalitas adalah dengan menguji *Kolmogorov-Smirnov*. Jika nilai signifikansi dari hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* $> 0,05$ maka asumsi normalitas terpenuhi. (Nisfiannoor, 2009 : 96)

2. Uji Linearitas

Menurut Nisfiannoor (2009: 92) uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen bersifat linier (garis lurus). Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan *Curve Estimation*, yaitu gambaran hubungan linier antara variabel X dengan variabel Y. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka variabel X tersebut mempunyai hubungan linier dengan variabel Y.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan analisa jalur (*path analysis*). Menurut Ridwan dan Kuncoro (2007) menyatakan bahwa analisis jalur digunakan untuk menganalisis pola hubungan antar variabel dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh langsung maupun tidak langsung seperangkat variabel eksogen terhadap variabel endogen. Untuk melakukan analisis jalur (*path analysis*), maka peneliti menggunakan program SPSS 16,0 for Windows.

4. Uji Deskripsi Data atau Analisis Deskriptif

Penentuan untuk mengetahui tingkat *problem focused coping*, *emotional focused coping*, dan *culture shock*, peneliti melakukan kategorisasi pada variabel tersebut menjadi tiga tingkatan, yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Klasifikasi ini menurut Azwar menggunakan nilai Mean Hipotetik dan Standar Deviasi Hipotetik dengan rumusan sebagai berikut :

a. Rumus Mean Hipotetik:

$$\mu = \frac{1}{2} (i_{\max} + i_{\min}) \sum k$$

Keterangan :

μ = mean hipotetik

$i_{\max}$ = skor maksimal item

$i_{\min}$ = skor minimal item

$\sum k$ = jumlah item

b. Rumus Standar Deviasi Hipotetik

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$$

Keterangan:

σ = SD Hipotetik

$X_{\max}$ = skor maksimal subyek

$X_{\min}$ = skor minimal subyek

Distribusi skor responden tersebut, kemudian mean hipotetik dan deviasi standarnya dihitung sehingga skor yang dijadikan batas penilaian sesuai norma diketahui. Adapun norma yang digunakan untuk mengetahui tinggi, rendah dan sedangya suatu variabel adalah:

Tabel 3.5 Standar Pembagian Klasifikasi

Tinggi	$X \geq (\text{mean} + 1 \text{ SD})$
Sedang	$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

c. Analisis Prosentase

Selanjutnya setelah diketahui *mean* hipotetik, standar deviasi hipotetik serta pembagian kategorisasi dengan menggunakan norma yang telah dijelaskan, kemudian dilakukan penghitungan prosentase masing-masing tingkatan dengan menggunakan bantuan SPSS 16,0 *for windows* atau dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan:

P = Prosentase

F = Frekuensi

N = Banyak subyek

5. Uji Regresi

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana, dimana analisis ini digunakan untuk mencari tahu pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Demikian dalam penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel strategi *coping* (*independen*) terhadap variabel *culture shock* (*dependen*).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan salah satu perguruan tinggi islam yang berada di kota Malang. Universitas ini memiliki hubungan baik dengan kementerian luar negeri sehingga banyak mahasiswa asing yang menempuh pendidikan di universitas ini. Mahasiswa asing tersebut berasal dari berbagai negara seperti Rusia, Arab Saudi, Italia, Sudan, Somalia, Libya dan masih banyak yang lainnya. Beberapa dari mahasiswa asing tersebut menempuh pendidikan di Indonesia karena dikirim oleh negaranya melalui kerjasama antar negara dan kerjasama antar perguruan tinggi. Namun ada juga yang datang karena keinginan sendiri.

Mahasiswa asing datang ke Indonesia dengan latar belakang dan karakter berbeda-beda yang dibawanya dari negara asalnya, sehingga kedatangannya ke Indonesia membuatnya banyak bertemu perbedaan seperti perbedaan bahasa, norma, kebiasaan, agama dan masih banyak perbedaan lainnya. Perbedaan-perbedaan tersebut dapat menjadi penyebab timbulnya permasalahan di lingkungan baru. Salah satu permasalahan tersebut yaitu sulitnya beradaptasi, perasaan kesepian karena jauh dari orang-orang dan lingkungan yang dikenalnya.

Melihat fenomena yang dialami oleh mahasiswa asing tersebut, maka peneliti memilih subyek penelitian kepada mahasiswa asing khususnya mahasiswa baru tahun ajaran 2015/ 2016. Alasan peneliti mengambil mahasiswa baru karena banyaknya kewajiban yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa baru tersebut ketika masuk di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, salah satunya yaitu harus tinggal di asrama selama 1 tahun, harus mengikuti perkuliahan bahasa arab dan harus mengikuti banyak kegiatan yang ada di asrama tersebut.

Banyaknya kesibukan dan peraturan yang harus dihadapi oleh mahasiswa baru tersebut, tidak memungkiri adanya mahasiswa yang tidak mematuhi dengan alasan yang beragam. Sikap tidak patuh terhadap peraturan dan kegiatan tersebut ditemukan juga oleh peneliti terhadap mahasiswa asing. Sikap tersebut seperti tidak tinggal di ma'had melainkan tinggal di rumah kakak tingkatnya, tidak mengikuti *shobaghul lughoh* dan perkuliahan bahasa arab seperti mahasiswa lainnya. Melihat hal tersebut, peneliti mencoba bertanya kepada mahasiswa yang bersangkutan serta kepada civitas akademik yang mengatur tentang mahasiswa asing tersebut. Hasilnya ditemukan bahwa alasan dari mahasiswa asing yang melakukan pelanggaran yaitu karena mereka menemukan banyak kesulitan saat berada di ma'had. Salah satu kesulitan tersebut yaitu komunikasi. Mahasiswa asing tersebut merasa menemukan banyak kebingungan saat berada di ma'had seperti bingung dalam berbicara dan memahami lawan bicaranya sehingga dia lebih memilih untuk tinggal bersama kakak tingkat

yang berasal dari Negara yang sama. Salah satu civitas akademik di kantor mahasiswa asing Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim juga menjelaskan bahwa mahasiswa baru terutama mahasiswa asing yang menempuh pendidikan disini hampir secara keseluruhan merasakan kesepian dan selalu merasa sendiri dalam melakukan berbagai hal. Tidak hanya itu saja, mahasiswa asing tersebut biasanya mengeluhkan tentang kesulitan-kesulitan yang dihadapinya ketika menempuh pendidikan, seperti kurang memahami saat dosen menjelaskan, kurang memahami saat berbicara dengan teman dan merasa tidak percaya diri dalam melakukan berbagai hal. Ada juga beberapa mahasiswa asing yang jatuh sakit karena terlalu memikirkannya sehingga dia terpaksa harus pulang ke Negara asalnya.

Melihat fenomena tersebut, peneliti menanyakan secara langsung kepada civitas akademik yang mengatur mahasiswa asing tentang dugaan atau kemungkinan adanya *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa asing, dengan yakin mereka menjawab bahwa mahasiswa asing tersebut hampir secara keseluruhan awalnya mengalami *culture shock* namun lambat laun *culture shock* yang dialaminya akan hilang dengan berjalannya waktu. Pernyataan dari pihak kantor mahasiswa asing serta fenomena yang ditemukan di lapangan menjadi alasan penyokong yang kuat bagi peneliti dalam mengambil subyek mahasiswa baru tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian yaitu dimulai dari tanggal 2 Desember 2015 dan berakhir tanggal 9 Desember 2015. Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dan di tempat tinggal responden.

Penyebaran skala yang dilakukan peneliti juga dengan berbagai cara seperti memberikannya secara langsung, mendampingi dan menjelaskan setiap aitem yang dimaksudkan serta mengirim skala melalui *email*. Cara tersebut dilakukan karena responden terkendala dengan bahasa yang digunakan, sehingga perlu untuk didampingi. Strategi yang digunakan peneliti untuk mengatasi kendala bahasa tersebut yaitu peneliti mempersiapkan seorang translator untuk mendampingi agar mengurangi kesalahpahaman antara peneliti dan responden. Sedangkan salah satu penyebab skala dikirimkan lewat *email* karena responden tidak sempat untuk bertemu dengan peneliti dan responden menginginkan skala tersebut dikirimkan melalui *email*. Kontrol yang dilakukan peneliti terhadap responden tersebut yaitu dengan selalu memberikan pengarahan dan menanyakan apakah terdapat kesulitan yang ditemui oleh responden saat mengerjakan skala melalui *smarthphone*.

Tidak semua responden yang telah ditetapkan untuk menjadi sampel penelitian bersedia untuk mengisi skala tersebut. hal itu dikarenakan banyak kendala seperti kesibukan dari responden, kesulitan

responden dalam mengisi skala tersebut, kesulitan bertemu dengan responden serta kesulitan untuk menganalisa data yang ada. Sehingga dari jumlah awal sampel yang ditetapkan yaitu 58 responden, peneliti hanya mampu menggali data kepada 35 responden.

C. Paparan Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Validitas

a. Strategi Coping

Hasil uji validitas konstruk yang dilakukan yaitu untuk memilih mana saja aitem yang valid dan membuang aitem-aitem yang tidak valid. Valid atau tidaknya sebuah aitem dilihat dari batas minimum koefisien korelasi validitas yaitu $r \geq 0,30$. Tapi jika banyak aitem yang gugur maka boleh menggunakan koefisien korelasi validitas $r \geq 0,25$. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan, pada dimensi *problem focused coping* didapatkan hasil bahwa dari 20 aitem terdapat 9 aitem yang tidak valid dan 11 aitem valid. Sedangkan pada *emotional focused coping*, didapatkan hasil bahwa dari 25 aitem terdapat 8 aitem yang tidak valid dan 17 aitem valid. Dari keseluruhan aitem strategi *coping* yang berjumlah 45 aitem, aitem yang valid jumlahnya yaitu 28 aitem, dan 17 aitem yang tidak valid, sehingga aitem tersebut harus digugurkan. Berikut adalah aitem yang valid dan tidak valid dari berbagai bentuk strategi *coping* yaitu :

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Strategi *Coping*

Bentuk Coping	Dimensi	Indikator	Item	
			Valid	Tidak Valid
<i>Problem focused coping</i>	<i>Planful problem solving</i>	Usaha pemecahan masalah disertai pendekatan analisis dalam menyelesaikan masalah	3, 31, 32	1, 2
	<i>Confrontative coping</i>	Menggambarkan reaksi agresi untuk menyelesaikan masalah	4, 33, 34	5, 6
	<i>Seeking social support</i>	Meminta saran orang lain dalam menyelesaikan masalah	7, 8, 35	36, 9
		Meminta dukungan emosi pada orang lain	11, 12	37, 38, 10
<i>Emotional focused coping</i>	<i>Self Controlling</i>	Mampu mengendalikan pikiran dan perasaan sehingga tidak tergesa-gesa dalam menyelesaikan masalah	13, 14, 39, 15	40
	<i>Distancing</i>	Kurang peduli terhadap masalah yang dihadapi bahkan seolah-olah lupa dengan masalahnya	16, 19, 17, 18	41
	<i>positive reappraisal</i>	Mengambil hal-hal positif dari permasalahan yang dihadapi dan bersyukur atas apa yang di milikinya	20, 21, 22	42, 43
	<i>accepting responsibility</i>	menerima segala sesuatu saat menghadapi masalah dengan menumbuhkan kesadaran akan peran yang dimiliki	23, 24, 25, 44	45
	<i>escape avoidance</i>	sikap menjauh atau menghindari dari permasalahan yang sedang dihadapinya	26, 30	27, 28, 29
Total			28	17

Aitem yang tidak valid tersebut karena memiliki koefisien korelasi yang kurang dari 0,25 sehingga dihapus atau digugurkan, sedangkan aitem yang valid memiliki koefisien korelasi yang berkisar antara 0,251 sampai dengan 0,550. Aitem yang valid tersebut telah mewakili semua aspek dari strategi *coping*.

b. *Culture Shock*

Berikut adalah hasil uji validitas yang telah dilakukan pada skala *culture shock* yaitu :

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Bentuk *Culture shock*

Aspek	Indikator	Item	
		Valid	Tidak Valid
Ketegangan karena adanya usaha untuk beradaptasi secara psikis	Terkejut dengan kebiasaan di lingkungan yang baru	1, 26	-
	Timbul kecemasan ketika berinteraksi dengan orang lain	2, 3, 27	-
Perasaan kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, status, dan kepemilikan	Merasa kesepian di lingkungan yang baru	4, 5, 28	-
	Tidak menemukan lagi sosok pengganti orang tua atau keluarga di lingkungan baru	6, 7	29, 30
	Tidak memiliki teman yang banyak di lingkungan baru	9, 31	8
Penolakan terhadap dan dari orang-orang di lingkungan baru	Dianggap sebagai orang asing ketika berkumpul bersama teman baru	11, 32	10
	kurang dihargai ketika sedang melakukan sebuah aktivitas di lingkungan baru	12, 13, 33	-
Adanya kebingungan mengenai peran, harapan terhadap peran tersebut, nilai yang dianut, perasaan dan identitas diri	Mempertanyakan kembali konsep diri yang dimilikinya	14, 15, 34	-
	Merasa kurang mampu mengeksplorasi diri di lingkungan baru	16, 17, 18	-
Tidak menyukai adanya perbedaan bahasa, kebiasaan, nilai atau norma, sopan santun di daerah asal dengan di daerah baru	Tidak menyukai kebiasaan di lingkungan baru dan menolak untuk berperilaku sesuai dengan norma dan kebiasaan tersebut	19, 20	35
	Kurang tertarik untuk mempelajari bahasa dan norma yang ada di lingkungan baru.	21	36
Perasaan tidak berdaya yang disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri di lingkungan baru	Kehilangan rasa percaya diri untuk bangkit dari masalah	22, 23	37
	Merasa gagal dalam beradaptasi di lingkungan baru.	24, 25	38
Total		30	8

Tabel diatas menjelaskan bahwa uji validitas yang telah dilakukan pada skala *culture shock* didapatkan hasil bahwa dari 38 aitem, terdapat 8 aitem yang tidak valid dan 30 aitem valid. Aitem yang tidak valid tersebut karena memiliki koefisien korelasi yang kurang dari 0,25 dan harus digugurkan atau dibuang, sedangkan aitem yang valid memiliki koefisien korelasi yang berkisar antara 0,267 sampai dengan 0,607. Aitem yang valid tersebut telah mewakili semua aspek dari *culture shock*.

2. Hasil Uji Reliabilitas

a. Uji Reliabilitas *Culture Shock*

Uji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan program IBM SPSS 16.0 for windows. *Cronbach alpha* adalah Koefisien alpha dikembangkan oleh Cronbach sebagai ukuran umum dari konsistensi internal skala multi-item. Jika nilai alpha >0,7 artinya reliabilitas aitem mencukupi, sementara jika alpha >0,8 dapat diartikan bahwa reliabilitas aitem tinggi. Berikut adalah hasil *cronbach alpha* pada variabel *culture shock* :

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas *Culture Shock*

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.914	30

Tabel tersebut menjelaskan bahwa dari 30 aitem skala *culture shock* memiliki nilai alpha sebesar 0,914. Sehingga dapat dikatakan bahwa skala *culture shock* tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi.

b. Uji Reliabilitas Strategi Coping

Uji reliabilitas pada variabel ini dilakukan pada tiap dimensi. Sehingga tiap dimensi dari skala Strategi Coping memiliki koefisien *alpha* yang berbeda-beda pula. Berikut adalah hasil *cronbach alpha* pada dimensi *problem focused coping* dan *emotional focused coping* :

Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas *Problem Focused Coping*

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.804	11

Tabel tersebut menjelaskan bahwa dari 11 aitem pada dimensi *problem focused coping* memiliki nilai alpha sebesar 0,804. Sehingga dapat dikatakan bahwa aitem pada dimensi *problem focused coping* tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi. Sedangkan berikut adalah hasil *cronbach alpha* pada dimensi *emotional focused coping* :

Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas *Emotional Focused Coping*

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.825	17

Tabel tersebut menjelaskan bahwa dari 17 aitem pada dimensi *emotional focused coping* memiliki nilai alpha sebesar 0,825. Sehingga dapat dikatakan bahwa aitem pada dimensi *emotional focused coping* tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi

3. Analisis Data

a. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Hasil uji normalitas ini yang kemudian dijadikan acuan untuk melakukan analisis statistik berikutnya. Uji normalitas ini menggunakan teknik *one sample Kolmogorov-Smirnov*, dikatakan normal jika signifikansi $> 0,05$. Berikut adalah hasil uji normalitas pada masing-masing variabel :

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai K-SZ	Signifikansi	Keterangan
<i>Culture shock</i>	0,391	0,998	Distribusi Normal
<i>Problem focused coping</i>	0,961	0,314	Distribusi Normal
<i>Emotional focused coping</i>	0,721	0,676	Distribusi Normal

b. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau

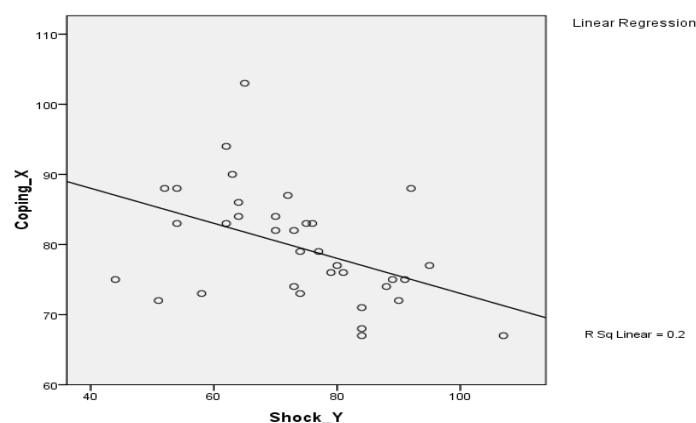
tidak. Data yang baik seharusnya terdapat hubungan yang linear antara variabel X dan Y. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linearitas dilakukan dengan cara melihat nilai signifikansi pada *output* SPSS. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka kesimpulannya adalah terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel X dan Y. Berikut adalah tabel hasil uji linearitas strategi *coping* dan *culture shock* :

Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Nilai F	Signifikansi	Keterangan
Strategi <i>Coping</i>	0,309	0,989	Linear
<i>Culture shock</i>			

Tabel diatas menjelaskan tentang uji linearitas antara strategi *coping* dan *culture shock* memiliki nilai signifikansi 0,989. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, artinya antara dua variabel tersebut memiliki hubungan linear secara signifikan. Berikut adalah grafik antara variabel strategi *coping* dan *culture shock* yang menandakan adanya hubungan linier.

Gambar 4.1 Interactive Graph Strategi *Coping* dan *Culture Shock*



c. Hasil Uji Deskripsi Data

Hasil deskripsi data yaitu dengan melakukan kategorisasi dari masing-masing variabel. Kategorisasi ini didasarkan pada nilai *mean* hipotetik. Kategorisasi dilakukan agar dapat mengetahui berapa banyak responden yang memiliki skor tinggi, sedang dan rendah dalam variabel tersebut. Sebelum kategorisasi dilakukan, peneliti membandingkan antara *mean* hipotetik, *mean* empirik serta standar deviasi hipotetik, standar deviasi empirik terlebih dahulu untuk mengetahui kondisi responden secara keseluruhan. Berikut adalah perbandingan antara nilai *mean* hipotetik dan nilai *mean* empirik serta *standard deviation* hipotetik dan *standard deviation* empirik pada setiap variabel :

Tabel 4.8

Perbandingan *Mean* dan *Standard Deviation*
Hipotetik dan Empirik

Variabel	Skor		Data Hipotetik		Data Empirik		N
	Min	Max	Mean	SD	Mean	SD	
<i>Problem focused coping</i>	17	41	27,5	4	29,97	4,79	35
<i>Emotional focused coping</i>	36	62	42,5	4,3	49,69	5,72	35
<i>Culture shock</i>	44	107	75	10,5	73,46	14,28	35

Perbedaan antara *mean* hipotetik dan empirik dilakukan untuk mengetahui gambaran dan kondisi umum para responden dalam setiap variabel. Hasil dari perbandingan tersebut yaitu jika nilai *mean* empirik $>$ dari *mean* hipotetik maka menggambarkan kondisi responden dalam suatu variabel cenderung tinggi. Berbeda jika hasil yang didapatkan yaitu nilai *mean* empirik $<$ dari *mean* hipotetik artinya kondisi para responden dalam suatu variabel cenderung rendah.

Tabel 4.8 menjelaskan bahwa pada variabel *problem focused coping* dan *emotional focused coping* didapatkan hasil bahwa *mean* empirik $>$ dari *mean* hipotetik, sehingga kondisi responden cenderung memiliki *problem focused coping* dan *emotional focused coping* yang tinggi. Berbeda dengan hasil *mean culture shock* yaitu nilai *mean* empirik $<$ dari *mean* hipotetik sehingga kondisi responden cenderung memiliki *culture shock* yang rendah.

Tabel 4.8 juga menjelaskan tentang perbedaan *standard deviation* hipotetik dan empirik. Hal itu dilakukan untuk mengetahui tinggi rendahnya variasi skor para responden. Hasil dari perbandingan tersebut yaitu jika nilai *standard deviation* empirik $>$ dari *standard deviation* hipotetik maka menggambarkan variasi skor suatu variabel yang tinggi, sedangkan jika nilai *standard deviation* empirik $<$ dari *standard deviation* maka

menggambarkan variasi skor suatu variabel yang rendah. Pada variabel *problem focused coping*, *emotional focused coping* dan *culture shock* didapatkan hasil bahwa *standard deviation* empirik > dari *standard deviation* hipotetik, sehingga responden cenderung memiliki skor variasi yang tinggi pada variabel *problem focused coping*, *emotional focused coping* dan *culture shock*.

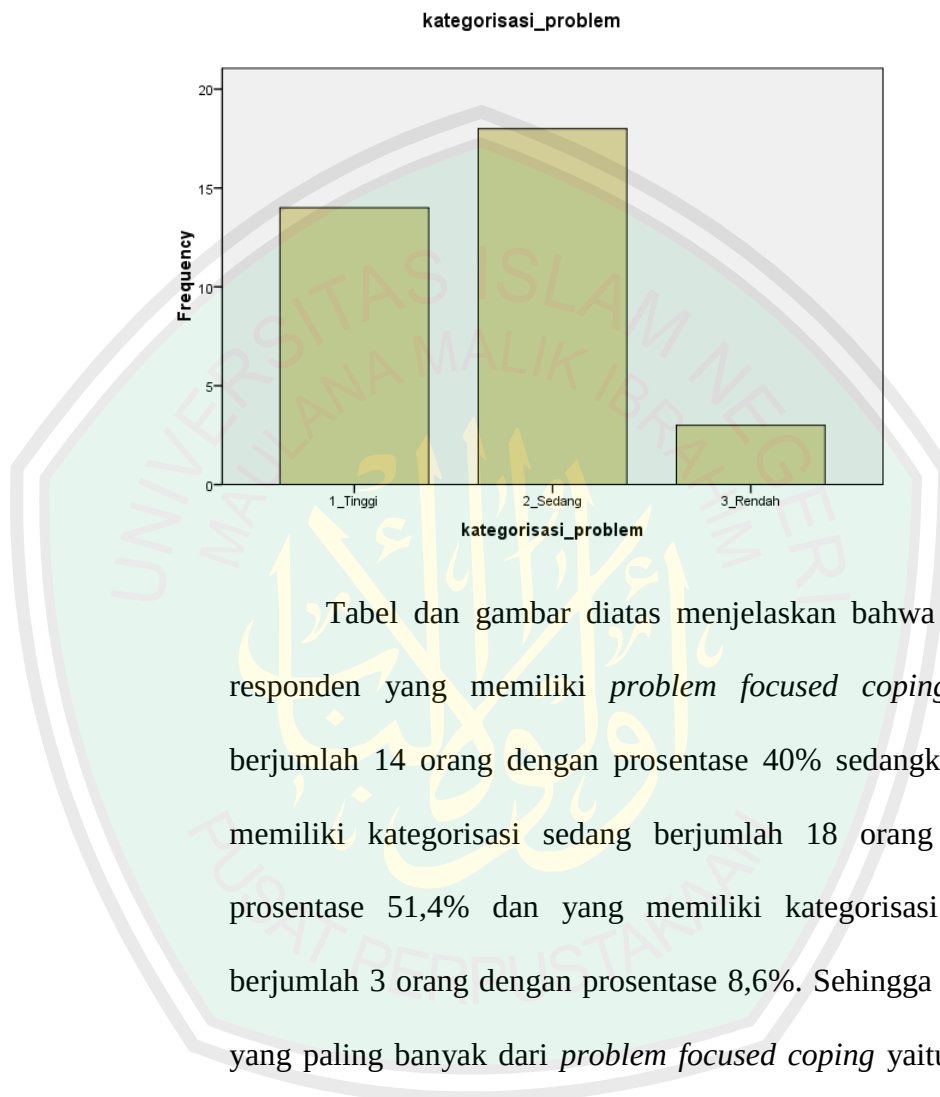
1) Prosentase Tingkat *Problem Focused Coping*

Cara mengetahui prosentase tingkat *problem focused coping* pada penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti membuat standarisasi dengan membagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, tinggi. Dimana penentuan norma penelitian dilakukan setelah nilai *mean* (M) hipotetik dan standar deviasi (SD) hipotetik diketahui. Setelah *Mean* dan standar deviasi hipotetik tersebut didapatkan, barulah dapat dilakukan standarisasi menjadi 3 kategori dengan perincian sebagai berikut:

Tabel 4.9

Kategorisasi dan Frekuensi Tingkat *Problem Focused Coping*

Variabel	Kategorisasi	Kriteria	Frekuensi	%
<i>Problem focused coping</i>	Tinggi	$X \geq 31,5$	14	40%
	Sedang	$23,5 \leq X < 31,5$	18	51,4%
	Rendah	$X < 23,5$	3	8,6%
TOTAL			35	100%

Gambar 4.2Histogram Kategorisasi *Problem Focused Coping*

Tabel dan gambar diatas menjelaskan bahwa dari 35 responden yang memiliki *problem focused coping* tinggi berjumlah 14 orang dengan prosentase 40% sedangkan yang memiliki kategorisasi sedang berjumlah 18 orang dengan prosentase 51,4% dan yang memiliki kategorisasi rendah berjumlah 3 orang dengan prosentase 8,6%. Sehingga kategori yang paling banyak dari *problem focused coping* yaitu berada pada taraf sedang. Selanjutnya yaitu rendah dan yang paling sedikit yaitu pada kategori rendah.

2) Prosentase Tingkat *Emotional Focused Coping*

Cara mengetahui prosentase tingkat *emotional focused coping* pada penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti

membuat standarisasi dengan membagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, tinggi. Dimana penentuan norma penelitian dilakukan setelah nilai *mean* (M) hipotetik dan standar deviasi (SD) hipotetik diketahui. Setelah *Mean* dan standar deviasi hipotetik tersebut didapatkan, barulah dapat dilakukan standarisasi menjadi 3 kategori dengan perincian sebagai berikut:

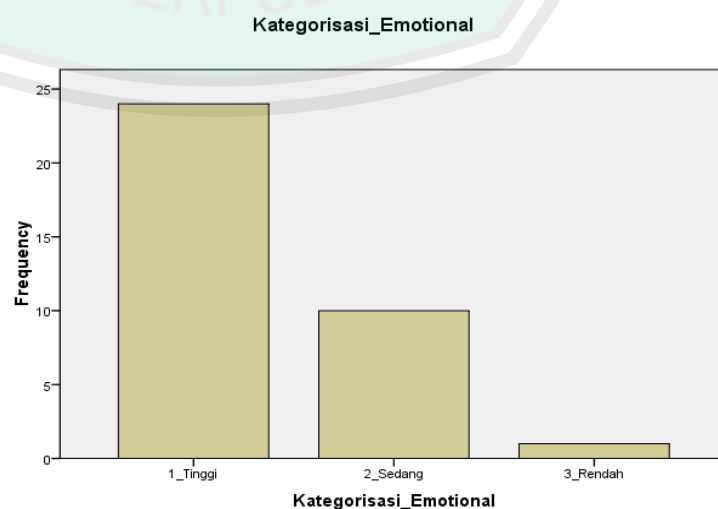
Tabel 4.10

Kategorisasi dan Frekuensi Tingkat *Emotional Focused Coping*

Variabel	Kategorisasi	Kriteria	Frekuensi	%
<i>Emotional focused coping</i>	Tinggi	$X \geq 46.8$	24	68,5%
	Sedang	$38,2 \leq X < 46.8$	10	28,6%
	Rendah	$X < 38,2$	1	2,9%
TOTAL			35	100%

Gambar 4.3

Histogram Kategorisasi *Emotional Focused Coping*



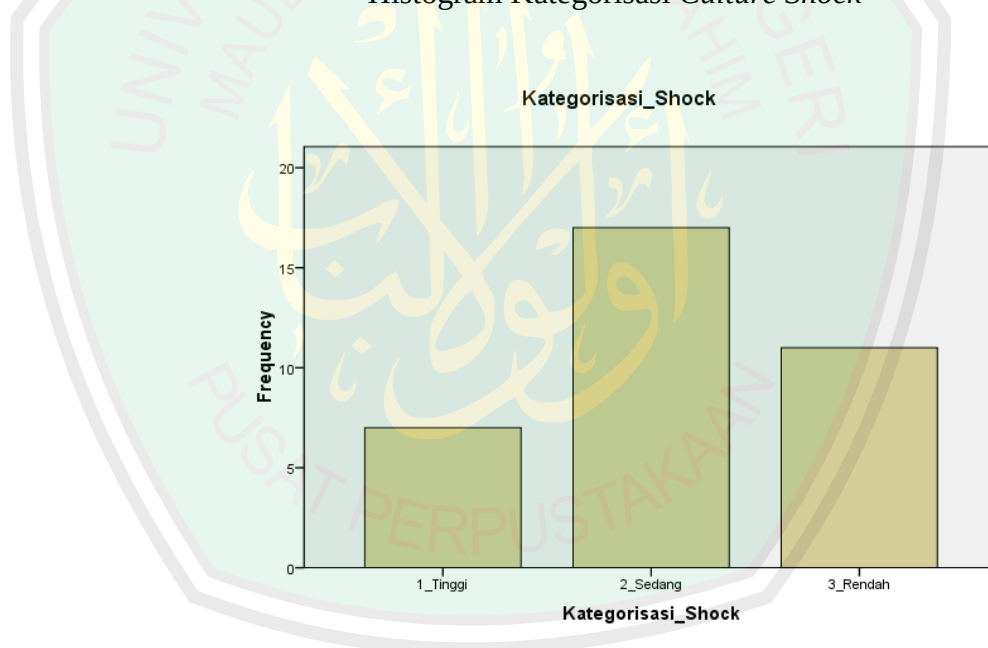
Tabel dan gambar diatas menjelaskan bahwa dari 35 responden yang memiliki *emotional focused coping* tinggi berjumlah 24 orang dengan prosentase 68,5%, sedangkan yang memiliki kategorisasi sedang berjumlah 10 orang dengan prosentase 28,6% dan yang memiliki kategorisasi rendah berjumlah 1 orang dengan prosentase 2,9%. Sehingga kategori yang paling banyak dari *emotional focused coping* yaitu berada pada taraf tinggi. Selanjutnya yaitu sedang dan yang paling sedikit yaitu pada kategori rendah.

3) Prosentase Tingkat *Culture Shock*

Cara mengetahui prosentase tingkat *emotional focused coping* pada penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti membuat standarisasi dengan membagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, tinggi. Dimana penentuan norma penelitian dilakukan setelah nilai *mean* (M) hipotetik dan standar deviasi (SD) hipotetik diketahui. Setelah *Mean* dan standar deviasi hipotetik tersebut didapatkan, barulah dapat dilakukan standarisasi menjadi 3 kategori dengan perincian sebagai berikut:

Tabel 4.11Kategorisasi dan Frekuensi Tingkat *Culture Shock*

Variabel	Kategorisasi	Kriteria	Frekuensi	%
<i>Culture shock</i>	Tinggi	$X \geq 85,5$	7	20%
	Sedang	$64,5 \leq X < 85,5$	17	48,6%
	Rendah	$X < 64,5$	11	31,4%
TOTAL			35	100%

Gambar 4.4Histogram Kategorisasi *Culture Shock*

Tabel dan gambar diatas menjelaskan bahwa dari 35 responden yang memiliki *culture shock* tinggi berjumlah 7 orang dengan prosentase 20% sedangkan yang memiliki kategorisasi sedang berjumlah 17 orang dengan prosentase 48,6% dan yang memiliki kategorisasi rendah berjumlah 11 orang dengan prosentase 31,4%. Sehingga kategori yang paling

banyak dari *culture shock* yaitu berada pada taraf sedang. Selanjutnya yaitu rendah dan yang paling sedikit yaitu pada kategori tinggi.

d. Uji Hipotesis

1. Pengaruh *Problem Focused Coping* Terhadap *Culture Shock*

Shock

Rumusan hipotesis yang akan diuji pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh antara strategi *coping* terhadap *culture shock* pada mahasiswa asing tahun ajaran 2015/2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai (H_a). Pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan bantuan program SPSS 16.0 for windows.

Tujuan dari analisis regresi dijelaskan oleh Nisfiannoor (2009) yaitu untuk mengetahui pengaruh dari variabel X terhadap Y dan bagaimana *dependent variable* dapat diprediksikan melalui *independent variable* baik secara individual maupun secara bersama-sama. Apabila ingin mengetahui pengaruh satu variabel X terhadap satu variabel Y maka digunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis regresi tersebut yaitu :

Tabel 4.12
Hasil Analisis Regresi *Problem Focused Coping* dan *Culture Shock*

Correlations

		Shock_Y	Problem_X1
Pearson Correlation	Shock_Y	1.000	-.582
	Problem_X1	-.582	1.000
Sig. (1-tailed)	Shock_Y	.	.000
	Problem_X1	.000	.
N	Shock_Y	35	35
	Problem_X1	35	35

Model Summary^a

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.582 ^a	.339	.319	11.784

a. Predictors: (Constant), Problem_X1

b. Dependent Variable: Shock_Y

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2348.446	1	2348.446	16.913	.000 ^a
	Residual	4582.240	33	138.856		
	Total	6930.686	34			

a. Predictors: (Constant), Problem_X1

b. Dependent Variable: Shock_Y

Penjelasan untuk tabel *correlation* diatas merupakan korelasi antara variabel *problem focused coping* terhadap *culture shock*. Korelasi yang didapatkan pada variabel *problem focused coping* terhadap *culture shock* yaitu diperoleh $r = -0,582$. Tanda negatif menggambarkan bahwa adanya hubungan yang negatif atau hubungan yang berlawanan, artinya semakin sering menggunakan *problem*

focused coping maka akan semakin kecil *culture shock* yang dialami.

Pada tabel *model summary* dijelaskan tentang notasi R. maksud dari notasi R tersebut (dalam Santoso, 2000) yaitu indeks yang menunjukkan kekuatan hubungan variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan Nilai R^2 atau *R square* menunjukkan indeks detereminasi, yaitu presentase yang menyumbangkan pengaruh X terhadap Y. Tabel tersebut menjelaskan bahwa *Problem focused coping* memiliki nilai $R^2 = 0,339$, artinya bahwa 33,9% sumbangan dari *problem focused coping* terhadap *culture shock* dan sisanya yaitu 66,1% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Pada bagian Anova (uji F) dijelaskan tentang taraf signifikansi. Taraf signifikansi ini sering disebut dengan taraf kepercayaan. Taraf signifikansi lazim dinyatakan dengan nilai 0,00 sampai dengan 0,05. Sehingga jika nilai signifikansi didapatkan dengan nilai 0,00 sampai dengan 0,05 maka taraf kepercayaannya bernilai sekitar 95%. *Problem focused coping* memiliki signifikansi 0,00 sehingga variabel *problem focused coping* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *culture shock*. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis H_a diterima.

2. Pengaruh *Emotional Focused Coping* Terhadap *Culture Shock*

Shock

Tabel 4.13 Hasil Analisis Regresi *Emotional Focused Coping* dan *Culture Shock*

Correlations		Shock_Y	Emotional_X2
Pearson Correlation	Shock_Y	1.000	-.137
	Emotional_X2	-.137	1.000
Sig. (1-tailed)	Shock_Y	.	.217
	Emotional_X2	.217	.
N	Shock_Y	35	35
	Emotional_X2	35	35

Model Summary ^a				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.137 ^a	.019	-.011	14.356

a. Predictors: (Constant), Emotional_X2

b. Dependent Variable: Shock_Y

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	129.207	1	129.207	.627	.434 ^a
	Residual	6801.479	33	206.105		
	Total	6930.686	34			

a. Predictors: (Constant), Emotional_X2

b. Dependent Variable: Shock_Y

Penjelasan untuk tabel *correlation* diatas merupakan korelasi antara variabel *emotional focused coping* terhadap *culture shock*. Korelasi yang didapatkan pada variabel *emotional focused coping* terhadap *culture shock* yaitu diperoleh $r = -0,137$ yang artinya semakin sering menggunakan *emotional focused coping* maka akan semakin kecil *culture shock* yang dialami.

Pada tabel *model summary* dijelaskan tentang notasi R. maksud dari notasi R tersebut yaitu indeks yang menunjukkan kekuatan hubungan variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan Nilai R^2 atau *R square* menunjukkan indeks detereminasi, yaitu presentase yang menyumbangkan pengaruh X terhadap Y. Tabel tersebut menjelaskan bahwa *emotional focused coping* memiliki nilai $R^2 = 0,019$, artinya bahwa 1,9% sumbangan *emotional focused coping* terhadap *culture shock* dan sisanya yaitu 98,1% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Pada bagian Anova (uji F) terlihat bahwa *emotional focused coping* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *culture shock* yang ditunjukkan dari nilai Sig 0,434 yang artinya *emotional focused coping* secara statistik tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *culture shock* yang ditunjukkan oleh nilai Sig lebih besar dari Alpha 0,05. Sehingga kesimpulan yang dapat diambil dari keduanya bahwa *emotional focused coping* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *culture shock*.

3. Pengaruh *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping* Terhadap *Culture Shock*

Setelah perhitungan setiap dimensi dari strategi *coping* dilakukan, selanjutnya yaitu menyatukan keduanya (*problem*

focused coping dan *emotional focused coping*) lalu dilihat pengaruh keduanya terhadap *culture shock* menggunakan regresi linear berganda. Analisis regresi linear berganda digunakan untuk mengukur pengaruh antara lebih dari satu variabel prediktor terhadap variabel terikat. Berikut adalah hasil regresi linear berganda dengan menggunakan SPSS 16,0 for windows

Tabel 4.14

Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Model Summary^a

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.584 ^a	.342	.300	11.942

a. Predictors: (Constant), Emotional_X2, Problem_X1

b. Dependent Variable: Shock_Y

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2367.342	2	1183.671	8.300	.001 ^a
	Residual	4563.344	32	142.604		
	Total	6930.686	34			

a. Predictors: (Constant), Emotional_X2, Problem_X1

b. Dependent Variable: Shock_Y

Tabel diatas menjelaskan bahwa koefisien determinasi atau *R square* bernilai 0,342 yang artinya yaitu pengaruh antara *problem focused coping* dan *emotional focused coping* terhadap *culture shock* yaitu 34,2% dan sisanya yaitu 65,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Pada tabel anova juga dijelaskan bahwa nilai F sebesar 8,3 dengan tingkat

signifikansi yaitu 0,001. Hal itu menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *problem* dan *emotional focused coping* terhadap *culture shock*, sehingga H_a diterima.

D. Pembahasan

1. Tingkat strategi *coping* (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*)

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan tentang strategi *coping*, didalamnya menyangkut tentang *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Keduanya merupakan bentuk dari strategi *coping*, sehingga dalam pembahasan peneliti berusaha menjelaskan secara rinci bentuk strategi *coping* tersebut.

Tingkat *problem focused coping* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dibagi menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kategorisasi dari 35 responden yang dijadikan sampel penelitian, 18 diantaranya memiliki *problem focused coping* sedang atau cukup. Sedangkan 14 responden yang lain berada dalam kategori tinggi dan sisanya yaitu 3 responden memiliki *problem focused coping* yang rendah.

Tingkat *emotional focused coping* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang juga memiliki frekuensi yang hampir sama dengan

emotional focused coping. Kategorisasi dari 35 responden penelitian, 24 diantaranya berada pada kategori tinggi, 10 responden berada pada kategori sedang dan 1 responden berada pada kategori rendah.

Data tentang kategorisasi tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang lebih cenderung menggunakan *emotional focused coping* untuk menyelesaikan masalahnya, salah satu masalah yang dihadapinya yaitu *culture shock* tersebut. Hal itu dapat dilihat dari kategorisasi *emotional focused coping* yang memiliki skor tinggi sebanyak 24 responden dan skor sedang sebanyak 10 responden. Namun, beberapa responden juga menggunakan *problem focused coping* sebagai cara untuk menyelesaikan permasalahannya. Hal itu dilihat juga dari kategorisasi *problem focused coping* yang berada pada skor tinggi 14 responden.

Dilihat dari kategorisasi *problem* dan *emotional focused coping*, keduanya memiliki skor rendah. Pada *problem focused coping* terdapat 3 responden yang berada pada skor rendah, sedangkan pada *emotional focused coping* hanya terdapat 1 responden saja. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 memiliki strategi *coping* yang cukup baik, hal itu terlihat dari sedikitnya responden yang berada pada kategori rendah. Dalam King (2010) dijelaskan bahwa individu yang memiliki strategi *coping* yang baik cenderung mampu untuk menghadapi *stressor* (peristiwa

atau sumber yang menimbulkan stress). Setiap individu memiliki usaha yang berbeda dalam menghadapinya.

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti, beberapa usaha yang dilakukan oleh responden ketika menemukan sebuah permasalahan yaitu dengan menceritakan permasalahan yang dihadapinya kepada teman yang dipercaya, mencari dukungan sosial, berkumpul dengan teman, lebih banyak makan, lebih banyak tidur. Tidak hanya itu saja beberapa responden menyikapi situasi yang membuatnya tertekan dengan hal-hal yang kurang baik seperti tidak patuh terhadap peraturan yang ada, merokok, meminum obat yang membuatnya lebih baik bahkan sampai melampiaskan kemarahannya dengan memukul barang. Setiap individu menggunakan beberapa usaha yang telah disebutkan diatas agar mampu membuat dirinya merasa lebih baik dari sebelumnya. Hal itu sesuai dengan fungsi dari strategi *coping* yang sudah disebutkan.

Usaha-usaha yang telah dijelaskan tersebut, seharusnya bernilai positif atau baik dan tidak menimbulkan hal-hal yang negative. Sehingga individu tidak terjerumus kepada masalah yang lainnya. Hal itu juga dijelaskan dalam firman Allah di surat Al- insyirah ayat 7 dan 8 yaitu :

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٧﴾

Ayat tersebut menjelaskan tentang berusaha keraslah dalam menyelesaikan persoalan yang ada dengan tindakan nyata dan positif. Usaha tersebut adalah usaha yang dianjurkan dari Allah untuk tidak mudah menyerah dalam menghadapi seberat apapun masalahnya. Ayat tersebut juga menjelaskan bahwa selalu senantiasa meminta pertolongan kepada Allah lewat perantara orang lain atau perantara lainnya.

2. Tingkat *culture shock* pada mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016

Mahasiswa asing yang berpindah dari satu budaya ke budaya yang lain akan merasakan *shock culture* saat mengetahui banyak perbedaan yang ditemuinya di lingkungan baru. Hal ini membuat peneliti ingin mengetahui tingkat *culture shock* yang dialami oleh masing-masing responden. Hasil dari analisis data yang telah didapatkan, dijelaskan bahwa dari 35 responden yang diteliti, 17 responden mengalami *culture shock* yang sedang, 11 responden mengalami *culture shock* rendah dan 7 responden memiliki *culture shock* yang tinggi.

Hasil tersebut membuktikan bahwa saat individu berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya yang memiliki banyak perbedaan seperti bahasa, norma, agama, kebiasaan, budaya dan perbedaan lainnya membuat individu tersebut mengalami *culture shock*. Hal itu

terbukti dari 35 responden yang diambil 7 responden diantaranya mengalami *culture shock* yang tinggi dan 17 responden mengalami *culture shock* yang tidak berlebihan. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Dayakisni (2004) bahwa *culture shock* dapat mengenai individu yang mengalami perpindahan dari satu daerah ke daerah lainnya baik dalam negeri maupun luar negeri. Namun beberapa faktor yang dapat mempengaruhi lama atau tidaknya *culture shock* yang dialami oleh seseorang telah dijelaskan sebelumnya oleh Koesma (2004) yaitu karena adanya perbedaan dan persamaan budaya sebelum dan sesudahnya, latar belakang setiap individu yang memiliki perbedaan serta pengalaman selama menetap, sehingga wajar saja jika data yang diperoleh tentang kategorisasi *culture shock* memiliki variasi antara satu responden dengan responden lainnya.

Data hasil wawancara yang didapatkan tentang salah satu faktor yang membuat responden memiliki keragaman tingkat *culture shock* yaitu karena responden sebelumnya pernah tinggal di Indonesia, sehingga responden tidak merasa kaget lagi melihat perbedaan yang ditemuinya. Selain itu perbedaan budaya yang sangat jauh berbeda dapat menimbulkan *culture shock* yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang memiliki kesamaan antara budaya lama dan budaya barunya. Beberapa data yang telah ditemukan di lapangan, sesuai dengan faktor yang mempengaruhi *culture shock* yang

dijelaskan oleh Koesma (2004) yaitu adanya perbedaan atau kesamaan cultural, perbedaan setiap individu serta pengalaman selama menetap.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada responden yang berasal dari Thailand menjelaskan bahwa kebudayaan-kebudayaan di Indonesia yang membuatnya terkejut salah satunya yaitu hubungan antara laki-laki dengan perempuan. Di Thailand antara laki-laki dan perempuan tidak diperbolehkan untuk bersalaman, sedangkan di Indonesia antara laki-laki dan perempuan bersalaman menjadi hal yang sering dilihat oleh responden. Tidak hanya itu saja, responden juga merasa kaget setelah mengetahui bahwa orang-orang Indonesia jika pergi ke masjid ada yang tidak menggunakan jilbab bahkan berpakaian pendek atau tidak tertutup. Hal itu membuat responden merasa kaget karena orang-orang islam di Thailand jika pergi ke masjid harus menggunakan pakaian yang tertutup.

Hasil observasi mengenai individu merasa tidak betah berada di lingkungan baru terhadap responden yang berasal dari Sudan yaitu karena responden merasa mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dan memahami lawan bicaranya, sehingga responden tidak memiliki banyak teman melainkan hanya teman sekelas tetapi tidak semuanya. Alasan lainnya yaitu responden belum menyukai peraturan yang ada di ma'had dan kampus sehingga responden sering tidak menginap di ma'had melainkan pergi ke rumah kakak senior yang dari sudan. kondisi responden yang masih belum betah dengan budaya di

Indonesia tersebut membuat responden masih sering sekali menelepon orang tuanya dan merindukan segala sesuatu yang berhubungan dengan budaya lamanya.

Hasil observasi dan wawancara tersebut sedikit menjelaskan gejala *culture shock* dan dampak yang timbul dari *culture shock* itu sendiri. Gejala-gejala yang telah disebutkan seperti merasa rapuh, enggan berhubungan dengan orang lain di lingkungan baru, merasa sedih, meerasa kesepian dan masih merindukan suasana di lingkungan lamanya. Gejala-gejala yang ditemukan di lapangan tersebut sesuai dengan gejala *culture shock* yang telah dijelaskan oleh Guanipa, 1998 (dalam Chapdelaine, 2004). Sedangkan dampak yang ditimbulkan dari *culture shock* itu sendiri membuat responden merasa kesulitan dalam melakukan berbagai hal salah satunya berkomunikasi dengan orang lain di lingkungan baru. Padahal dalam hal ini komunikasi menjadi hal yang sangat penting untuk menjalin sebuah hubungan sosial yang baru dan melakukan berbagai aktifitas lainnya.

Data yang telah didapatkan tersebut sesuai dengan pernyataan Oberg dalam Koesma (2004) bahwa ketika membicarakan tentang mahasiswa asing atau mahasiswa internasional maka tidak akan lepas dari kehilangan hal-hal yang dikenalnya seperti aspek-aspek fisik, sosial dan *culture* dari Negara lamanya yang mengakibatkan mahasiswa asing tersebut mengalami *culture shock*.

3. Pengaruh strategi *coping* (*problem focused coping* dan *emotional focused coping*) terhadap *culture shock*

Pada hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa diantara *problem focused coping* dan *emotional focused coping* memiliki pengaruh yang berbeda terhadap *culture shock*. *Problem focused coping* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *culture shock*. Pengaruh yang diberikannya sekitar 33,9%. *Problem focused coping* dengan *culture shock* juga menunjukkan korelasi yang negatif. Sehingga semakin sering individu menggunakan *problem focused coping*, maka semakin rendah kecenderungan *culture shock* yang dialaminya. Begitu juga sebaliknya jika semakin rendah atau jarang individu menggunakan *problem focused coping* maka *culture shock* yang dialami oleh individu akan semakin tinggi.

Bentuk strategi *emotional focused coping* memiliki pengaruh yang sedikit yaitu 1,9% terhadap *culture shock* dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Pengaruh yang sedikit tersebut dianggap tidak memiliki pengaruh atau perubahan terhadap *culture shock*. Hal ini juga didukung dengan hasil nilai signifikansi dari *emotional focused coping* yang menjelaskan bahwa *emotional focused coping* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *culture shock*. Maksud dari tidak signifikan yaitu tidak berarti atau tidak penting. Korelasi antara *Emotional focused coping* dengan *culture shock* menunjukkan korelasi yang negatif. Sehingga semakin sering individu

menggunakan *emotional focused coping*, maka semakin rendah kecenderungan *culture shock* yang dialaminya. Begitu juga sebaliknya jika semakin rendah atau jarang individu menggunakan *emotional focused coping* maka *culture shock* yang dialami oleh individu akan semakin tinggi.

Hal ini berhubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Niam (2009) yaitu tentang timbulnya kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa luar jawa saat berada di lingkungan barunya. Namun mahasiswa tersebut melakukan strategi *coping* sebagai bentuk untuk mengatasi *culture shock* tersebut. Strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasiswa luar jawa tersebut mencakup *problem* dan *emotional focused coping*.

Adanya perbedaan signifikansi antara *problem focused coping* dan *emotional focused coping* terhadap *culture shock* dapat disebabkan karena keduanya memiliki perbedaan dalam mengatasi sebuah permasalahan. Individu yang menggunakan *problem focused coping* dalam menyelesaikan masalahnya cenderung menggunakan strategi kognitif, sehingga individu tersebut memiliki banyak usaha yang dilakukan untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan *culture shock* yang dialaminya tersebut. Sedangkan individu yang menggunakan *emotional focused coping*, cenderung mengedepankan reaksi emosi yang dari *culture shock* yang dialaminya, sehingga individu tidak berusaha untuk mengubah situasi atau keadaan yang

membuatnya mengalami *culture shock* tersebut. Saat individu tidak segera menyelesaikan permasalahannya, tetapi hanya sekedar diam saja, pasrah atau bahkan menghindar dari permasalahan tersebut, maka permasalahan tersebut tidak akan cepat terselesaikan atau bahkan lebih rumit lagi. Diantara kedua bentuk *coping* tersebut, keberhasilan *coping* menurut Taylor (dalam Smet, 1994) tergantung pada penggabungan strategi *coping* yang disesuaikan dengan permasalahan yang dihadapinya daripada mencoba menemukan satu strategi *coping* yang paling berhasil. Pernyataan Taylor tersebut sesuai dengan nilai signifikansi yang diperoleh jika *problem focused coping* dan *emotional focused coping* secara bersamaan digunakan dalam mengatasi *culture shock* yaitu 0,001 yang artinya bahwa keduanya memiliki pengaruh terhadap *culture shock*. Pengaruh yang diberikan juga menjadi tambah besar yaitu menjadi 34,2% jika kedua strategi *coping* tersebut digunakan dengan baik dan sesuai.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan dari penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang cenderung menggunakan *emotional focused coping* daripada *problem focused coping*. Hal itu dapat dilihat dari skor terbanyak yang didapatkan dari 35 responden yaitu 24 orang berada dalam kategori *emotional focused coping* tinggi, sedangkan 18 orang berada dalam kategori *problem focused coping* sedang. Data tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mampu melakukan strategi *coping* ketika mengalami *culture shock* atau permasalahan lainnya. Hal itu dibuktikan dengan hanya beberapa responden saja yang memiliki skor rendah dalam *problem* dan *emotional focused coping*.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 35 responden yang diambil, 17 responden mengalami *culture shock* yang sedang, 11 responden mengalami *culture shock* rendah dan 7 responden memiliki *culture*

shock yang tinggi. Data tersebut menjelaskan bahwa beberapa mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sudah mampu untuk mengatasi *culture shock* di lingkungan barunya setelah kurang lebih 3 bulan responden berada di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Beberapa dari responden yang dapat mengatasi *culture shock* tersebut karena memiliki latar belakang kebudayaan yang hampir sama dan mampu memahami bahasa yang sering digunakan, baik itu bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Namun mahasiswa asing tahun ajaran baru 2015/2016 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tersebut mayoritas masih mengalami *culture shock* karena banyak dari responden yang masih memiliki skor tinggi dan sedang dalam *culture shock*. Oleh karena itu masih banyak responden yang menemukan kesulitan di lingkungan barunya dan cenderung masih merasa kesepian sehingga membuat responden masih sangat merindukan bahkan ingin kembali ke Negara asalnya.

3. Hasil analisis menunjukkan bahwa antara *problem focused coping* dan *emotional focused coping* memiliki pengaruh yang berbeda terhadap *culture shock*. *Problem focused coping* memiliki pengaruh yang signifikan dan korelasi yang negatif terhadap *culture shock*. Hal itu menunjukkan bahwa *Problem focused coping* memiliki pengaruh yang berarti terhadap *culture shock*. Pengaruh yang diberikan yaitu 33,9% terhadap *culture shock* dan sisanya dipengaruhi oleh faktor yang lain.

Sedangkan *emotional focused coping* memberikan pengaruh yang sedikit yaitu 1,9%. Pengaruh yang sedikit tersebut dianggap tidak berarti terhadap *culture shock*. Hal itu didukung dengan nilai signifikansinya yaitu 0,434 yang artinya bahwa *emotional focused coping* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *culture shock*. Data-data tersebut menjelaskan bahwa responden yang cenderung menggunakan *problem focused coping* untuk mengatasi *culture shock* yang dialaminya maka akan dapat mengurangi *culture shock* tersebut. Namun jika responden lebih cenderung menggunakan *emotional focused coping* untuk mengatasi *culture shock* yang dialaminya, maka tidak akan merubah *culture shock* yang dialami, hanya saja dapat menunda atau mengalihkannya selama beberapa saat. Namun tidak selalu demikian, karena faktor lain selain strategi *coping* juga banyak berpengaruh terhadap *culture shock*, sehingga *culture shock* juga dapat berkurang akibat dari faktor lainnya tersebut.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka ada beberapa hal yang dapat disarankan antara lain :

1. Bagi para pendatang baru atau yang melakukan perpindahan baik itu ke luar pulau atau Negara diharapkan untuk mempersiapkan dirinya secara matang agar tidak mengalami *culture shock* yang berlebihan. Salah satu persiapan yang dilakukan yaitu dengan membaca atau mencari tahu terlebih dahulu tentang kebudayaan, norma, bahasa dan

hal-hal yang bersangkutan dengan budaya baru yang akan ditinggalinya tersebut.

2. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pembacanya tentang bentuk *coping* yang dapat berkontribusi untuk mengurangi *culture shock* yang dialami. Sehingga mereka mengetahui bagaimana cara memilih *coping* yang tepat saat mengalami *culture shock* tersebut
3. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan dan menambahkan keilmuan psikologi tentang strategi *coping* dan *culture shock*. Sehingga mampu memberikan manfaat kepada para pembacanya.
4. Penelitian yang dilakukan memiliki keterbatasan. Beberapa keterbatasan dan kesulitan yang dihadapi oleh peneliti yaitu kurang memahaminya bahasa yang digunakan oleh mahasiswa asing tersebut, sehingga informasi atau data yang didapatkan memiliki kemungkinan tidak terserap atau tidak dipahami sepenuhnya oleh peneliti. Namun dalam hal ini peneliti membawa seorang translator yang membantu peneliti untuk memahaminya. Kesulitan lainnya yaitu beberapa dari mahasiswa asing tersebut merasa tidak nyaman ketika bertemu dengan peneliti, sehingga beberapa responden menolak atau tidak mau membantu peneliti dalam mengisi skala. Keterbatasan dan kekurangan yang dialami peneliti tersebut diharapkan akan membantu peneliti selanjutnya ketika akan melakukan penelitian lebih lanjut tentang strategi *coping* dan *culture shock* terhadap mahasiswa asing.

5. Bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian selanjutnya tentang *culture shock* dan strategi *coping* diharapkan mampu untuk mengembangkannya lagi agar dapat menambahkan pengetahuan yang lebih banyak tentang dua hal tersebut. Baik dengan menggunakan metode penelitian yang lain atau dengan menyandingkannya dengan variabel lain yang lebih beragam.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Posedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, R.L dkk. (2000). *Hilgard's Introduction to Psychology: Thirteenth Edition*. Orlando (USA): Harcourt Brace College Publisher.
- Azwar, Saifuddin. (1998). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bahreisy. (1992). *Terjemahan Singkat Tafsir Ibnu Katsier*. Surabaya: PT Bina Ilmu.
- Bishop, George D. (1995). *Health Psychology Integrating Mind and Body*. Boston: Allyn & Bacon
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). *Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach*. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 56, No. 2
- Chapdelaine, R.F. & Alexitch, L. R. (2004). *Social Skills Difficulty: Model of Culture Shock for International Graduate Students*. *Journal of College Student Development*. 1, 67-184.
- Chaplin, J.P. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers
- Dayakisni, T. & Yuniardi, S. (2008). *Psikologi Lintas Budaya*. Malang: UMM
- Dodd, C. H. (1998). *Dynamics of intercultural communication*. USA: McGraw-Hill.
- Furnham A. & Bochner, S. (1986). *Culture Shock: Psychological Reaction to Unfamiliar Environtment*. London and New York: Metheun.
- Hadi, S. (1993). *Metodologi Penelitian Research*. Yogyakarta: andi Ofset
- Hasan, N. & Raharisti, R. (2013). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Strategi Coping Pada Penderita Stroke Rsud Dr. Moewardi Surakarta*. *Talenta Psikologi*. II, (1), 41-62
- Hendryadi. (2014). *Content Validity (validitas Isi)*. TEORIONLINE PERSONAL PAPER. I, 1-5
- Hopkins, J.R. (1999). *Studying Abroad as A Form of Experiential Education*. *Liberal Education*, 85, 36-41.
- Indirawati, Emma. (2006). *Hubungan Antara Kematangan Beragama dengan Kecenderungan Strategi Coping*. 3, (2), 69-92

- Indrianie, Efnie. (2012). *Culture Adjustment Training untuk Mengatasi Culture Shock pada Mahasiswa Baru yang Berasal dari Luar Jawa Barat*. Insan. 14, (03), 149-158
- Irwin, R. (2007). *Culture Shock: Negotiating Feeling in the Field*. *Anthropology Matters Journal*, 9, 1-14. University of Oxford.
- Jensen, M.D. & Bobak, I.M. (1985). *Maternity and Gynecologic Care: The Nurse and The Family*. St. Louis (Missouri): The C.V. Mosby Company.
- Kartono. (1987). *Kamus Psikologi*. Bandung: Pioner Jaya
- King, Laura A. (2010). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika
- Kendall, P.C. & Hammen, C. (1998). *Abnormal Psychology: Understanding Human Problems*, 2nd edition. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Keraf, Gorys. (2004). *Komposisi Sebuah Pengantar Kemahiran Bahasa*. Flores: Nusa Indah.
- Kevinzky, Muhammad Hyqal. (2011). *Proses dan Dinamika Komunikasi Dalam Menghadapi Culture Shock pada Adaptasi Mahasiswa Perantauan*. Depok: Skripsi Universitas Indonesia.
- Koesma, Rismiyati E. (2004). *Rancangan Kuasi Eksperimental dalam Penelitian Psikologi*. Bandung: Universitas Padjajaran
- Latipun, (2006), *Psikologi Eksperimen*, Malang : Universitas Muhammadiyah Malang Press
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Coping and Adaptation*, New York /London: The Guilford Press.
- Maryam, Siti. (2009). *Strategi Coping bagi Keluarga Korban Gempa dan Tsunami Aceh*. Nanggroe Aceh Darussalam: Unimal Press
- Milton, T. J. (1998). *Understanding Culture Shock*. *FAO Journal*, 2, 11-14.
- Mulyana, Deddy. (2006). *Komunikasi Antar Budaya: Panduan Berkomunikasi dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Nasir. & Muhith. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika
- Nazir, Mohammad. (2011). *Metode Penelitian*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia
- Niam, Erni Khoirun. (2009). *Koping Terhadap Stres pada Mahasiswa Luar Jawa yang Mengalami Culture Shock di Universitas Muhammadiyah Surakarta*. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. 11, (1), 69-77

- Nisfiannoor, Muhammad. (2009). *Pendekatan Statistika Modern untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Roland, A. (1988). *In Search of Self in India and Japan: A Cross-Cultural Psychology*. New York: Princeton University Press.
- Santoso, Singgih. (2000). *Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik*. Jakarta: Gramedia
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E.P. (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction, Second Edition*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sholichatun, Yulia. (2011). *Stres dan Strategi Coping pada Anak Didik di Lembaga Pemasyarakatan Anak*. Jurnal Psikologi Islam. 8, (1), 23-4
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung : Alfabeta
- Sulaeman, M. Munandar. (1995). *Ilmu Budaya Dasar: Suatu Pengantar*. Bandung: PT.Eresc
- Wardani, Desi Sulisty. (2009). *Strategi Coping Orang Tua Menghadapi Anak Autis*. Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi. 11, (1), 26-35
- <http://alhijroh.com/fiqih-tazkiyatun-nafs/2-kamudahan-vs-1-kesulitan/> (diakses tanggal 17-10-2015)
- <http://bertapsychologycorner.blogspot.co.id/2010/12/fenomena-culture-shock.html> (diakses tanggal 5-11-2015)
- <https://id.wikipedia.org/wiki/Agama> (diakses tanggal 15-10-2015)

LAMPIRAN





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Telepon/Faksimile: +62341-558916 Malang, 65144
Website: www.uin-malang.ac.id / www.psikologi.uin-malang.ac.id

Surat : Un.3.4/TL.03/112 /2015
Tentang : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

29 Oktober 2015

Kepada Yth. : Kepala Bagian Akademik UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
di
Malang

Dengan hormat,

Dalam rangka penulisan skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, dengan ini kami mohon dengan hormat kepada Bapak/Ibu untuk memberikan kesempatan melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama : Firda Amalia
NIM : 11410127
Tempat Penelitian : UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
Judul Skripsi : Pengaruh Strategi Coping Terhadap Culture Shock pada Mahasiswa Asing di Ma'had Sunan Ampel Al-Aly UIN Maliki Malang
Dosen Pembimbing : Tristiadi Ardi Ardani, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 197605122003121002

Disampaikan:
Dekan
Para Wakil Dekan
Asip

DAFTAR MAHASISWA LUAR NEGERI / ASING
SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2015/2016
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

NO.	NIM	NAMA	ASAL NEGARA	KODE JUR	JURUSAN / PROGRAM STUDI
1	15110228	MOHD ALLIFF BIN SARBAINI	MALAYSIA	11	PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
2	15110233	METEE KHAMLEE	THAILAND	11	PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
3	15150162	AKLIMEE HIM A DAM	THAILAND	15	PENDIDIKAN BAHASA ARAB
4	15210146	ELSA FALEEDA BINTI MOHD. YUSOFF	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
5	15210147	NURUL SAKINA BINTI BOLHASAN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
6	15210148	NUR FATIHA BINTI BAHREN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
7	15210150	NURULHUDA SOFIA BINTI MORSALIN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
8	15210152	MALIANA BINTI RAJALAN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
9	15210153	NORFAZIAN ATIKA BINTI SAFUDIN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
10	15210154	IRWAN AZLI BIN MOHD.HAZANI	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
11	15210158	MUHAMMAD IKMAL BIN SAHDAN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
12	15210159	MOHD RAHMAT BIN SAPEAN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
13	15210160	AHMAD FAKHRUDDIN BIN AMIR	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
14	15210161	UMMI SYUHADA' BINTI ABDUL TALIP	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
15	15210162	MOHD ASYRAF HUZAIFI BIN HUSEN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
16	15210163	SITI KHADIJAH HUMAIRAH BINTI JAFFAR	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
17	15210166	SYAZA AFIAH WAN ZAIDIE	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
18	15210167	AZRINA BINTI ALIAS	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
19	15210168	ASMAA AFIAH BINTI MOHD SELIMAN	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
20	15210175	AWG MOHD ZIKRY BIN AWG HASANAL	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
21	15210176	MOHAMMAD LUQMANUL HAKIM BIN ELMI	MALAYSIA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
22	15210190	JALEELAH AMJEEHEED ABRAYIK ABDULLA	LIBYA	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
23	15210195	PREEDDEE LANDAM	THAILAND	21	AL-AHWAL AL-SYAKHSHIYYAH
24	15220164	ABDUL RAHMAN BIN MATUDIN	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
25	15220166	HASAN SYUKRI BIN ABDUL RAHMAN	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
26	15220168	MUHAMMAD FAKHRI BIN OMAR	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
27	15220170	MUHAMMAD AMILUDDIN BIN MANSOR	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
28	15220171	KAMAL HASAN BIN MOHD RAZALI	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
29	15220172	MUHAMMAD RASHID TERMIZI BIN RAHIM	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
30	15220175	MOHD ALZAM BIN ALI	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
31	15220193	HATIM ULYA FAHAMI BIN MOHD NAJIB FAH	MALAYSIA	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
32	15220197	RAYYAN YULIUS BACHTIAR	ARAB SAUDI	22	HUKUM BISNIS SYARIAH
33	15310140	MOHD. ALWALID JUNAI	MALAYSIA	31	BAHASA DAN SASTRA ARAB
34	15310152	NURMALINA FEBRIANI	MALAYSIA	31	BAHASA DAN SASTRA ARAB
35	15320186	SARA MOSTAFA SHOKSHOK	LIBYA	32	BAHASA DAN SASTRA INGGRIS
36	15320201	MOHAMED AB. AH. AMER	LIBYA	32	BAHASA DAN SASTRA INGGRIS
37	15320202	AMANEE MAHSAECHAHNEE	THAILAND	32	BAHASA DAN SASTRA INGGRIS
38	15320203	NOR FATIN NABILA BINTI ZAKARIA	MALAYSIA	32	BAHASA DAN SASTRA INGGRIS
39	15510227	SUKREE GANCHOO	THAILAND	51	MANAJEMEN
40	15520135	HISHAM SALIM ALI AL-SHA'DIQ	LIBYA	52	AKUNTANSI
41	15540082	ABDALLE MOHAMED HASSAN	SOMALIA	54	PERBANKAN SYARIAH
42	15650115	ALI OMAR MOHAMOUD	SOMALIA	65	TEKNIK INFORMATIKA
43	15650116	AHMED MOHAMED HASSAN	SOMALIA	65	TEKNIK INFORMATIKA
44	15650117	MOHAMED IBRAHIM A. SALEM	LIBYA	65	TEKNIK INFORMATIKA
45	15650118	MOHAMED S ALI SALEM	LIBYA	65	TEKNIK INFORMATIKA
46	15650119	AHMAD ZAKI ROZINI BIN HAJI MUSTAKIM	BRUNEI DARUSSA	66	TEKNIK INFORMATIKA
47	15650120	AHMED NASER M NASER	LIBYA	65	TEKNIK INFORMATIKA
48	15650122	MOHAMMED YOUSIF ESHAG AHMED	SUDAN	65	TEKNIK INFORMATIKA
49	15650123	OMER ELRSHED DAFALLA MOHAMED	SUDAN	65	TEKNIK INFORMATIKA
50	15660110	ABUBAKAR JAMA MOHAMOUD	SOMALIA	66	TEKNIK INFORMATIKA
51	15660113	MOHAMOUD AHMED ALI	SOMALIA	66	TEKNIK INFORMATIKA
52	15660114	ABDALRAOF NSRALDIN MELAD	LIBYA	66	TEKNIK INFORMATIKA
53	15660115	AHMED ABDULLA BEN SHIBL	LIBYA	66	TEKNIK INFORMATIKA
54	15670080	FARHANA YEEKAJI	THAILAND	67	FARMASI
55	15670081	BUSAROH WAJI	THAILAND	67	FARMASI
56	15670082	SUFIANEE MAMA	THAILAND	67	FARMASI
57	15670083	BAHIYAH TEH	THAILAND	67	FARMASI
58	15670084	HAMMAT RIDUWAN	KAMBOJA	67	FARMASI

eterangan:

Sumber data berasal dari PTIPD, Pascasarjana, Bagian Kerjasama dan Unit International Student Affair
) update data 22/09/2015 10:45

BUKTI BIMBINGAN KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Firda Amalia
NIM : 11410127
Dosen Pembimbing : Tristiadi Ardi Ardani, M.Si
Judul Skripsi : Pengaruh Bentuk Strategi *Coping* terhadap *Culture Shock* pada Mahasiswa Internasional Tahun ajaran Baru 2015/ 2016 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

No	Tanggal	Konsultasi	TTD
1	30 Januari 2015	ACC Proposal	1. 
2	6 Februari 2015	Seminar	2. 
3	5 Maret 2015	Konsultasi BAB I-III	3. 
4	2 April 2015	Konsultasu Sampel penelitian	4. 
5	7 Mei 2015	ACC BAB I-III	5. 
6	25 November 2015	Penyusunan Skala	6. 
7	3 Desember 2015	Konsultasi BAB IV-V	7. 
8	22 Desember 2015	ACC Keseluruhan	8. 

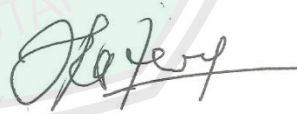
Malang, 22 Desember 2015

Dekan Fakultas Psikologi

Dosen Pembimbing



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 19730710 200003 1 002



Tristiadi Ardi Ardani, M.Si
NIP. 19720118 199903 1 002

HASIL *AIKEN'S V*

Indikator	Aitem Awal	Revisi
Mampu mengendalikan pikiran dan perasaan sehingga tidak tergesa-gesa dalam menyelesaikan masalah	Saya merasa mampu untuk menahan emosi yang saya rasakan ketika memiliki masalah	Saya merasa mampu menahan emosi ketika memiliki masalah
	Saya dapat memastikan agar tidak membuat masalah lebih buruk dengan bertindak terlalu cepat	Saya dapat memastikan tidak membuat masalah lebih buruk dengan bertindak terlalu cepat
	dalam menyelesaikan masalah, saya terkesan terlalu terburu-buru	dalam menyelesaikan masalah, saya cenderung terlalu terburu-buru
	saya tidak bisa tenang atau merasa cemas ketika mempunyai masalah	saya tidak bisa tenang ketika mempunyai masalah
Kurang peduli terhadap masalah yang dihadapi bahkan seolah-olah lupa dengan masalahnya	tidak mau berpikir terlalu banyak tentang masalah yang sedang dihadapi	Saya tidak mau berpikir terlalu banyak tentang masalah yang sedang dihadapi
	tidak mau terlalu serius dalam menyelesaikan masalah	Saya tidak mau terlalu serius dalam menyelesaikan masalah
	Saya merasa terbebani dengan masalah yang ada	Setiap saya memiliki masalah saya selalu memikirkannya
Mengambil hal-hal positif dari permasalahan yang dihadapi dan bersyukur atas apa yang	Ketika saya mempunyai masalah, saya bersyukur karena Allah masih mengingat saya	Ketika saya mempunyai masalah, saya bersyukur karena Allah masih mengingatkan saya

di milikinya	Saya berusaha menjadi pribadi yang lebih baik lagi setelah kejadian yang saya alami	Saya berusaha menjadi pribadi yang lebih baik lagi setelah permasalahan yang saya alami
menerima segala sesuatu saat menghadapi masalah dengan menumbuhkan kesadaran akan peran yang dimiliki	Saya menyadari bahwa sumber dari masalah yang ada yaitu dari diri saya sendiri	Saya sadar bahwa setiap orang pernah melakukan kesalahan, sehingga saya selalu berhati-hati dalam bersikap
sikap menjauh atau menghindar dari permasalahan yang sedang dihadapinya	Ketika memiliki masalah, saya membuat diri merasa lebih baik dengan melampiaskan pada hal-hal negatif (merokok, minuman keras, meminum obat-obatan penenang, atau narkoba) (PILIH SALAH SATU JIKA ADA)	Ketika memiliki masalah, saya membuat diri merasa lebih baik dengan melampiaskan pada hal-hal berikut (merokok, minuman keras, meminum obat-obatan penenang, atau narkoba) (PILIH SALAH SATU JIKA ADA)

HASIL CVR *CULTURE SHOCK*

Indikator	Aitem Awal	Aitem Revisi
Terkejut dengan kebiasaan di lingkungan yang baru	Saya merasa kaget dengan semua perbedaan kebiasaan yang saya temui di lingkungan baru	Saya merasa kaget atau <i>shock</i> dengan semua perbedaan kebiasaan yang saya temui di lingkungan baru
	Perbedaan kebiasaan yang saya temui di lingkungan baru membuat saya semaki takut	Saya merasa <i>enjoy</i> dengan kebiasaan baru yang saya temui
	Saya merasa <i>enjoy</i> dengan kebiasaan baru yang saya temui	
	Saya merasa mudah untuk melakukan penyesuaian diri setelah mengetahui perbedaan yang ada.	
Timbul kecemasan ketika berinteraksi dengan orang lain	Saat berbicara dengan teman, saya merasakan tubuh saya bergetar karena merasa khawatir tidak mampu memahami bahasa yang diucapkan	Saya mudah cemas saat berkomunikasi dengan orang lain di lingkungan baru
	Saya suka berinteraksi dengan orang lain di lingkungan baru	Saya mudah berkomunikasi dengan orang di lingkungan baru
	Dengan berinteraksi dengan orang lain membuat saya lebih	

	tenang karena dapat dijadikan sebuah pembelajaran untuk saya	
Merasa Kesepian di Lingkungan yang Baru	Saya merasa hampa berada di lingkungan yang baru	Saya merasa kesepian tinggal di lingkungan yang baru.
	Saya selalu merasa sendiri ketika melakukan banyak hal	Saya selalu merasa sendiri ketika melakukan banyak hal di lingkungan yang baru
	Di lingkungan baru ini membuat hidup saya semakin berwarna	Berada di lingkungan baru membuat hidup saya semakin bahagia
	Saya tidak pernah merasa sendirian di lingkungan baru	
tidak menemukan sosok pengganti orang tua, sahabat, teman atau keluarga di lingkungan yang baru (Indikator Lama)	Saya sering menelepon dan memberi kabar kepada orang tua saya	Saya sulit menemukan seseorang yang dapat membimbing dan mensupport saya di lingkungan baru ini
Kurangnya komunikasi dan tidak menemukan sosok pengganti orang tua, sahabat, teman atau keluarga di lingkungan yang baru (Indikator Revisi)	Saya menganggap seseorang yang dekat dan mampu memahami saya seperti keluarga saya sendiri	Meskipun saya jarang berkomunikasi dengan keluarga di rumah, saya merasa baik-baik saja
	Saya jarang menelepon dan memberikan kabar kepada orang tua	Teman-teman baru saya sudah saya anggap seperti keluarga saya sendiri
Tidak memiliki teman yang banyak di	Sejauh ini saya belum mempunyai teman dari	Saya hanya mengenal teman-teman yang

lingkungan baru	negara lain atau teman di lingkungan baru	berasal dari negara yang sama
	Saya mempunyai sedikit teman di lingkungan yang baru	Saya tidak memiliki banyak teman di lingkungan saya yang baru
	Di lingkungan yang baru ini membuat saya memiliki banyak teman	Semakin hari teman-teman saya semakin bertambah banyak
	Sejauh ini saya sudah memiliki banyak teman dari berbagai daerah	
Dianggap sebagai orang asing ketika berkumpul bersama teman	Teman-teman saya membatasi ruang geraknya kepada saya	Saya merasa teman-teman saya cenderung tertutup kepada saya
	Teman-teman saya sudah tidak lagi menganggap saya sebagai orang asing	Saya merasa dekat dengan teman-teman saya disini
	Teman-teman saya bersikap lebih bersahabat dan tidak membatasi ruang geraknya kepada saya	
kurang dihargai ketika sedang melakukan sebuah aktivitas di lingkungan baru	Saya merasa kurang di perhatikan ketika tampil di depan umum	Saya merasa kurang dihargai oleh teman-teman di lingkungan baru saya
	Ketika saya sedang berbicara, teman-teman tidak menghiraukan dan memperhatikan saya	Saya merasa teman-teman baru saya tidak menghiraukan pendapat saya.

	Teman-teman saya memperhatikan saya ketika tampil di depan umum	Saya merasa teman-teman baru saya mau menghormati dan mendengarkan pendapat saya
	Perkataan dan ucapan saya diperhatikan dan di dengarkan oleh teman-teman saya	
Membanding-bandingkan budaya yang baru dengan budaya lamanya. (Indikator Lama)	Saya lebih menyukai budaya lama saya di bandingkan budaya yang saya temui di lingkungan baru	Berada di lingkungan baru ini membuat saya menjadi orang lain (tidak menjadi diri sendiri)
Mempertanyakan kembali konsep diri yang dimilikinya (Indikator Revisi)	Terkadang saya lebih menyukai budaya baru yang saya temui dibandingkan dengan budaya lama saya.	saya merasa ragu terhadap kemampuan yang saya miliki jika harus diterapkan di lingkungan yang baru
	Saya tidak begitu memikirkan perbedaan antara budaya lama dengan budaya baru	meskipun berada di lingkungan yang baru, saya tetap mampu mengenal kemampuan dan kelemahan yang saya miliki
	Saya menghormati budaya manapun, terutama budaya yang ada di lingkungan baru ini.	
Merasa kurang mampu mengeksplorasi diri di lingkungan baru	Saya merasa kurang percaya diri dalam melakukan hal-hal baru yang ada di lingkungan ini (contohnya: organisasi dan mengasah	Saya merasa kurang mampu untuk mengikuti kegiatan-kegiatan di lingkungan yang baru (seperti organisasi)

	kemampuan yang lain)	
	Saya hanya mengikuti berbagai aturan dan kegiatan yang diwajibkan untuk di lakukan	Saya merasa kurang mampu mengasah kemampuan saya di lingkungan yang baru
	Meskipun saya berada di lingkungan yang baru, jika saya merasa ada hal yang perlu disampaikan, maka saya akan berpendapat atau menyampaikannya	
	Saya merasa percaya dengan usaha yang keras maka saya akan dapat melakukan hal-hal yang baru	
	Saya berusaha mengasah kemampuan saya di lingkungan baru ini dengan mengikuti banyak kegiatan	
Menganggap aneh kebiasaan, norma dan nilai yang ada di lingkungan baru. (Indikator lama)	Saya merasa heran setelah mengetahui semua peraturan dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru ini	Saya tidak begitu menyukai peraturan yang ada di lingkungan baru, sehingga saya cenderung untuk tidak menaatinya atau tidak

Tidak menyukai kebiasaan di lingkungan baru dan menolak untuk berperilaku sesuai dengan norma dan kebiasaan tersebut (Indikator revisi)		patuh
	Meskipun budaya di lingkungan ini berbeda, saya tetap merasa nyaman dan menikmatinya	Saya merasa nyaman dan senang mengikuti semua peraturan dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru ini.
	Saya merasa kagum dengan peraturan dan kebiasaan yang di terapkan di lingkungan ini	
Kurang tertarik untuk mempelajari bahasa & norma yang ada di lingkungan baru	Saya lebih suka melakukan hal lain daripada belajar bahasa yang digunakan di lingkungan ini	Saya kurang tertarik mempelajari bahasa, norma dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru saya
	Belajar bahasa dan norma yang ada di lingkungan ini membuat saya jenuh	Saya senang dan tertarik untuk mempelajari bahasa, norma dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru.
	Saya suka belajar bahasa yang digunakan di lingkungan ini	
	Saya merasa sangat asyik jika mempelajari bahasa dan norma yang ada di lingkungan baru ini.	
Merasa putus asa dan ingin cepat kembali ke negara asalnya (Indikator lama)	Saya tidak mampu untuk bangkit ketika mengalami permasalahan di lingkungan baru	Saya merasa tidak mampu untuk menghadapi semua kesulitan yang saya

Kehilangan rasa percaya diri untuk bangkit dari masalah (Indikator Revisi)		temui di lingkungan baru
	Saya merasa tidak betah berada di lingkungan yang baru	Saya tidak percaya diri dengan semua penyesuaian diri yang telah saya lakukan
	Ketika saya mengalami permasalahan di lingkungan yang baru, saya akan bangkit kembali	Saya yakin dapat menghadapi semua kesulitan yang ada di lingkungan baru ini
	Saya betah berada di lingkungan baru ini	
Merasa gagal dalam beradaptasi di lingkungan baru	Saya merasa pasrah dengan semua yang akan terjadi di lingkungan baru	saya merasa tidak kuat lagi berada di lingkungan baru ini dan ingin segera kembali ke negara saya
	Saya merasa berbahagia karena dapat berbaur dengan lingkungan yang baru	Menurut saya, saya adalah orang yang mudah menyesuaikan diri di lingkungan yang baru
	Saya tidak akan pasrah dengan semua yang akan terjadi di lingkungan baru	

A. Pedoman Wawancara

1. Kebiasaan apa yang membuat kamu kaget saat berada di Indonesia ?
2. Apa yang kamu lakukan ketika kamu merasa kaget atau memiliki masalah?
3. Apakah kamu sering menelepon orang tua di rumah ?
4. Apakah kamu memiliki banyak teman di Indonesia ?
5. Apa yang kamu lakukan saat kamu tidak memahami lawan bicara kamu ?

B. Hasil Wawancara kepada Mahasiswa dari Thailand

Peneliti : Hai.. bagaimana kabar mu ?

Thailand : Alhamdulillah baik..

Peneliti : Apa boleh saya bertanya sesuatu kepada mu ?

Thailand : Oh... Silahkan..

Peneliti : Sebenarnya waktu pertama kali kamu datang ke Indonesia, kebiasaan atau budaya apa sih yang membuat kamu merasa kaget ?

Thailand : Saya dulu kaget sekali melihat antara laki-laki dan perempuan bersalaman

Peneliti : Loh, memangnya kalo di Thailand gag boleh ya ?

Thailand : Woo.. gag boleh...disana laki-laki dan perempuan tidak boleh bersalaman, tidak boleh saling bersentuhan gitu..

Peneliti : Oalah begitu ya.. terus apalagi yang membuatmu kaget ?

Thailand : Saya kaget juga melihat ada perempuan pergi ke masjid tapi pakaian nya terbuka gitu ya..

Peneliti : Maksudnya terbuka gimana ?

Thailand : Ya gitu.. tidak pakai jilbab, pakaian ketat terus terbuka gitu.. dulu aku mikirnya mungkin dia bukan orang islam ya.. tapi kok tetep sholat juga.. padahal pakaiannya kayak gitu.. kaget saya melihatnya.. hehehe

Peneliti : Hehehe, memangnya kalo di Thailand gimana ?

Thailand : Kalo di Thailand, orang-orang yang mau pergi ke masjid harus berpakaian tertutup dan sopan.

Peneliti : Berarti kalo di Thailand bener-bener menghormati masjid gitu ya..

Thailand : Iya.. memang seperti itu..

Peneliti : Terus apa yang kamu lakukan ketika kamu merasa kaget atau sedih melihat hal-hal tersebut ?

Thailand : Dulu saya sempat gag betah, suka nangis, suka curhat-curhat dengan teman

Peneliti : Kalau sekarang masih merasa seperti itu ?

Thailand : Kalau sekarang sudah lumayan lah.. hehehe.. sudah sedikit bisa mengatasi..

Peneliti : Alhamdulillah kalau gitu..hehehe.. terus apakah kamu sering menelepon orang tua di Thailand ?

Thailand : Oh sering sekali... sedikit-sedikit telepon..

Peneliti : Masih rindu rumah ya ? hehehe

Thailand : Hehehe iya.. sangat.. kalau saya lagi rindu pasti saya langsung telepon

Peneliti : Apakah kamu punya banyak teman di Indonesia ?

Thailand : Belum banyak.. Tapi semakin lama teman saya semakin banyak..

Peneliti : Tidak hanya teman dari Thailand saja kan ?

Thailand : Oh tidak.. hehehe.. Teman-teman dari Indonesia maksud saya..

Peneliti : Apakah kamu dan teman-teman lain dari Thailand sudah mampu untuk berbicara dan memahami bahasa Indonesia ?

Thailand : Tidak semua, ada yang sudah bisa ada yang belum..

Peneliti : Teman kamu yang sudah lancar berbahasa Indonesia belajar darimana ya ?

Thailand : Teman-teman saya yang sudah bisa berbicara bahasa Indonesia, karena dulu dia pernah belajar di Malaysia lama, jadi dia sudah bias berbicara dan memahami bahasa Indonesia.

Peneliti : Terus apa yang kamu lakukan ketika kamu tidak memahami bahasa yang digunakan lawan bicara kamu ?

Thailand : Hehehe.. biasanya sih diam saja.. terkadang saya juga menanyakannya lagi..

Peneliti : Oalaaah iya... ya sudah kalau begitu.. Terimakasih banyak ya atas waktunya..

Thailand : Iya sama-sama..

Peneliti : Semoga cepat betah ya tinggal di Indonesia..

Thailand : Hehehe.. iya..

Hasil Observasi 6 Desember 2015 di Vila Bukit Tidar pada Mahasiswa

Sudan

2 mahasiswa yang berasal dari sudan yaitu A dan B keduanya tidak tinggal di ma'had melainkan tinggal di rumah kontrakan kakak tingkatnya yang dari Sudan juga. Saat peneliti masuk ke dalam rumah tersebut, peneliti melihat responden sedang bermain *playstation*. Setelah responden melihat peneliti, terlihat bahwa responden langsung menghindar. Melihat tersebut, peneliti bercakap-cakap dengan kakak tingkatnya yaitu Ai.

Sambutan yang diberikan oleh Ai terhadap peneliti sangatlah baik. Ai mempersilahkan peneliti untuk duduk dan menanyakan beberapa pertanyaan yang ingin diketahui oleh peneliti. Karena Ai sudah lebih dulu tinggal di Indonesia, Ai sedikit banyak mampu berbicara dan memahami bahasa Indonesia, sehingga peneliti meminta bantuan kepada Ai untuk membantu menerjemahkan terhadap responden tentang skala yang akan diberikan.

Saat Ai memanggil 2 responden yang akan diteliti untuk duduk bersama, Terlihat bahwa keduanya tersenyum terhadap peneliti. Responden pertama yaitu U terlihat bahwa dia lebih berani atau tidak malu-malu, karena U mau untuk menatap mata responden saat bertemu. Sedangkan responden yang kedua yaitu M dia lebih terlihat malu-malu terhadap peneliti, karena sesekali dia melihat peneliti lalu menunduk lagi. Volume suara yang diberikan saat keduanya diajak berbicara juga berbeda. Dalam menjawab U lebih percaya diri terhadap apa yang diucapkannya dengan bahasa yang lantang dan keras. Sedangkan M lebih pelan dalam menjawab pertanyaan yang diberikan.

Dalam konteks *culture shock*, keduanya memiliki hambatan yang sama yaitu dari segi bahasa, karena keduanya belum mampu memahami dan berbicara bahasa Indonesia dengan peneliti. Saat akan menyampaikan pendapatnya, U dan M berbicara terlebih dahulu terhadap Ai, sehingga Ai yang menyampaikannya terhadap peneliti. Kedua responden ini juga masih terlihat belum betah dan belum menyukai kebiasaan atau peraturan yang ada di Ma'had, karena keduanya jarang sekali berada di Ma'had.

Dalam konteks strategi coping yang digunakan, U cenderung lebih mudah emosi dan tidak bisa menahan emosinya. Hal itu didukung dengan tanda pukulan di pintu kamar Ai. Ai menjelaskan bahwa itu tanda dari U saat sedang emosi, dia melampiaskannya dengan memukul pintu tersebut. Tidak hanya itu saja, U juga pribadi yang cenderung tidak mau kalah atau tidak suka kekalahan. Hal tersebut dapat dilihat saat U kalah dalam bermain *playstation*, U secara terus menerus meminta untuk bermain lagi sampai U dapat mengalahkan lawannya. Tapi U cenderung santai dan lebih mudah akrab dengan orang yang baru ditemuinya.

Sedangkan strategi coping yang dimiliki oleh M cenderung berbanding terbalik dengan U. M adalah individu yang lebih suka diam saat memiliki masalah. M akan lebih sering tidur saat memiliki masalah, M juga lebih kalem dan santai tapi individu yang sangat pemikir dengan permasalahan yang dihadapinya. M mampu menahan emosinya dan tidak meledak-ledak seperti U. M terlihat seperti anak yang patuh, karena saat Ai menyuruhnya untuk membuat minuman, dia dengan segera membuatnya lalu mengantarkannya kepada peneliti.

Perbedaan yang paling mencolok dari dua responden tersebut yaitu, U senang sekali menghisap putung rokok, baik itu ketika memiliki masalah atau tidak. Sedangkan M tidak merokok sama sekali. U lebih banyak bicara dan lebih banyak bercanda dibandingkan dengan M. U juga lebih banyak menunjukkan ekspresinya dan rasa keingintahuannya dibandingkan dengan M.



Lampiran Validitas dan Reliabilitas Skala *Culture Shock*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.893	38

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_1	90.17	214.440	.340	.891
Aitem_2	90.49	211.022	.583	.887
Aitem_3	90.31	211.751	.457	.889
Aitem_4	90.14	209.420	.504	.888
Aitem_5	89.97	212.382	.460	.889
Aitem_6	89.43	213.605	.456	.889
Aitem_7	90.00	214.824	.377	.890
Aitem_8	90.23	217.946	.235	.893
Aitem_9	90.29	212.563	.395	.890
Aitem_10	89.97	221.499	.087	.896
Aitem_11	90.29	208.681	.551	.887
Aitem_12	90.46	211.491	.467	.889
Aitem_13	90.37	213.240	.441	.889
Aitem_14	90.34	209.703	.484	.888
Aitem_15	90.06	205.644	.690	.885
Aitem_16	90.06	210.173	.559	.887

Aitem_17	89.83	207.323	.624	.886
Aitem_18	89.97	208.793	.658	.886
Aitem_19	89.77	213.770	.377	.890
Aitem_20	90.09	215.845	.292	.892
Aitem_21	90.46	213.314	.500	.889
Aitem_22	90.31	217.751	.300	.891
Aitem_23	90.20	206.871	.594	.886
Aitem_24	90.43	205.487	.624	.886
Aitem_25	90.26	202.903	.696	.884
Aitem_26	90.49	216.198	.399	.890
Aitem_27	90.37	215.593	.346	.891
Aitem_28	90.43	218.076	.343	.891
Aitem_29	90.20	225.165	-.027	.896
Aitem_30	90.37	221.534	.135	.894
Aitem_31	90.69	217.104	.351	.891
Aitem_32	90.43	216.664	.417	.890
Aitem_33	90.46	213.785	.454	.889
Aitem_34	90.57	214.076	.474	.889
Aitem_35	90.03	220.205	.171	.893
Aitem_36	90.57	222.782	.074	.895
Aitem_37	90.51	222.316	.095	.894
Aitem_38	90.37	221.417	.131	.894

Setelah pengguguran 8 aitem (aitem gugur no. 8, 10, 29, 30, 35, 36, 37, 38)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.914	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_1	70.94	193.232	.354	.913
Aitem_2	71.26	190.726	.567	.910
Aitem_3	71.09	192.257	.410	.912
Aitem_4	70.91	187.316	.561	.910
Aitem_5	70.74	189.667	.544	.910
Aitem_6	70.20	190.871	.545	.910
Aitem_7	70.77	191.299	.492	.911
Aitem_9	71.06	192.114	.384	.913
Aitem_11	71.06	186.644	.609	.909
Aitem_12	71.23	190.417	.482	.911
Aitem_13	71.14	191.891	.466	.911
Aitem_14	71.11	189.222	.480	.911
Aitem_15	70.83	183.087	.779	.906
Aitem_16	70.83	187.676	.641	.909
Aitem_17	70.60	185.541	.677	.908
Aitem_18	70.74	186.903	.721	.908
Aitem_19	70.54	193.314	.364	.913
Aitem_20	70.86	196.303	.241	.915
Aitem_21	71.23	192.946	.482	.911
Aitem_22	71.09	195.492	.360	.913
Aitem_23	70.97	185.087	.645	.908
Aitem_24	71.20	184.812	.636	.909
Aitem_25	71.03	181.852	.726	.907
Aitem_26	71.26	194.608	.434	.912
Aitem_27	71.14	197.479	.230	.915
Aitem_28	71.20	197.518	.319	.913
Aitem_31	71.46	197.550	.282	.914
Aitem_32	71.20	197.341	.329	.913
Aitem_33	71.23	193.829	.416	.912
Aitem_34	71.34	194.408	.419	.912

Lampiran Validitas dan Reliabilitas Skala *Problem Focused Coping*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.706	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_1	50.31	32.751	-.147	.723
Aitem_2	50.43	30.782	.206	.701
Aitem_3	50.37	29.358	.407	.687
Aitem_4	50.60	27.718	.667	.666
Aitem_5	51.11	30.928	.106	.710
Aitem_6	50.40	32.600	-.118	.724
Aitem_7	50.57	29.546	.328	.691
Aitem_8	50.23	28.123	.455	.678
Aitem_9	50.89	30.869	.159	.704
Aitem_10	50.71	31.269	.024	.721
Aitem_11	50.31	29.634	.262	.697
Aitem_12	50.26	28.844	.370	.687
Aitem_31	50.71	27.092	.518	.669
Aitem_32	50.57	26.958	.474	.673
Aitem_33	50.86	26.538	.531	.666
Aitem_34	50.71	27.916	.442	.678
Aitem_35	50.97	27.734	.402	.682
Aitem_36	50.74	29.844	.199	.703
Aitem_37	50.63	31.064	.014	.728
Aitem_38	51.03	29.734	.213	.702

Setelah pengguguran 9 aitem (aitem gugur no.1, 2, 5, 6, 9, 10, 36, 37, 38)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.804	11

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_3	27.06	20.232	.467	.790
Aitem_4	27.29	18.975	.709	.770
Aitem_7	27.26	20.314	.394	.795
Aitem_8	26.91	19.610	.432	.792
Aitem_11	27.00	20.529	.294	.804
Aitem_12	26.94	19.408	.482	.787
Aitem_31	27.40	18.424	.547	.779
Aitem_32	27.26	18.314	.497	.785
Aitem_33	27.54	18.550	.470	.789
Aitem_34	27.40	19.129	.467	.788
Aitem_35	27.66	18.879	.436	.792

Lampiran Validitas dan Reliabilitas Skala *Emotional Focused Coping*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.693	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_13	66.74	32.255	.612	.654
Aitem_14	66.91	34.551	.363	.676
Aitem_15	66.80	34.929	.267	.682
Aitem_16	67.09	32.492	.500	.661
Aitem_17	67.23	33.534	.404	.670
Aitem_18	67.69	34.281	.264	.682
Aitem_19	67.03	33.205	.461	.666
Aitem_20	66.40	33.776	.554	.666
Aitem_21	66.69	33.457	.495	.666
Aitem_22	66.43	35.252	.299	.682
Aitem_23	66.69	35.045	.294	.681
Aitem_24	66.66	34.644	.390	.676
Aitem_25	66.94	34.879	.297	.681
Aitem_26	67.06	30.938	.543	.651
Aitem_27	68.23	41.064	-.416	.745
Aitem_28	67.11	37.928	-.134	.726
Aitem_29	67.00	36.588	-.025	.715
Aitem_30	66.89	32.457	.604	.656
Aitem_39	67.03	34.146	.286	.680
Aitem_40	67.40	35.600	.141	.692
Aitem_41	67.66	37.820	-.121	.713
Aitem_42	67.17	36.440	.043	.700
Aitem_43	66.77	35.064	.214	.686
Aitem_44	67.14	34.420	.276	.681

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_13	66.74	32.255	.612	.654
Aitem_14	66.91	34.551	.363	.676
Aitem_15	66.80	34.929	.267	.682
Aitem_16	67.09	32.492	.500	.661
Aitem_17	67.23	33.534	.404	.670
Aitem_18	67.69	34.281	.264	.682
Aitem_19	67.03	33.205	.461	.666
Aitem_20	66.40	33.776	.554	.666
Aitem_21	66.69	33.457	.495	.666
Aitem_22	66.43	35.252	.299	.682
Aitem_23	66.69	35.045	.294	.681
Aitem_24	66.66	34.644	.390	.676
Aitem_25	66.94	34.879	.297	.681
Aitem_26	67.06	30.938	.543	.651
Aitem_27	68.23	41.064	-.416	.745
Aitem_28	67.11	37.928	-.134	.726
Aitem_29	67.00	36.588	-.025	.715
Aitem_30	66.89	32.457	.604	.656
Aitem_39	67.03	34.146	.286	.680
Aitem_40	67.40	35.600	.141	.692
Aitem_41	67.66	37.820	-.121	.713
Aitem_42	67.17	36.440	.043	.700
Aitem_43	66.77	35.064	.214	.686
Aitem_44	67.14	34.420	.276	.681
Aitem_45	67.14	34.773	.198	.688

Setelah pengguguran 9 aitem (aitem gugur no. 27, 28, 29, 40, 41, 42, 43, 45)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
------------------	------------

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.825	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem_13	46.60	28.306	.564	.807
Aitem_14	46.77	29.652	.445	.815
Aitem_15	46.66	30.291	.297	.823
Aitem_16	46.94	28.173	.504	.811
Aitem_17	47.09	29.139	.410	.817
Aitem_18	47.54	29.608	.296	.825
Aitem_19	46.89	28.339	.540	.809
Aitem_20	46.26	29.197	.598	.809
Aitem_21	46.54	29.197	.483	.813
Aitem_22	46.29	30.269	.398	.818
Aitem_23	46.54	30.432	.323	.821
Aitem_24	46.51	30.139	.406	.817
Aitem_25	46.80	30.282	.323	.821
Aitem_26	46.91	26.375	.587	.804
Aitem_30	46.74	28.079	.621	.804
Aitem_39	46.89	30.045	.249	.827
Aitem_44	47.00	30.176	.253	.826

Lampiran Uji Normalitas Skala *Culture shock*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Shock_Y
N		35
Normal Parameters ^a	Mean	73.46
	Std. Deviation	14.277
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.066
	Negative	-.061
Kolmogorov-Smirnov Z		.391
Asymp. Sig. (2-tailed)		.998

a. Test distribution is Normal.

Lampiran Uji Normalitas Skala *Problem Focused Coping*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Problem_X1
N		35
Normal Parameters ^a	Mean	29.97
	Std. Deviation	4.787
Most Extreme Differences	Absolute	.162
	Positive	.092
	Negative	-.162
Kolmogorov-Smirnov Z		.961
Asymp. Sig. (2-tailed)		.314

a. Test distribution is Normal.

Lampiran Uji Normalitas Skala *Emotional Focused Coping*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Emotional_X2
N		35
Normal Parameters ^a	Mean	49.69
	Std. Deviation	5.718
Most Extreme Differences	Absolute	.122
	Positive	.057
	Negative	-.122
Kolmogorov-Smirnov Z		.721
Asymp. Sig. (2-tailed)		.676

a. Test distribution is Normal.

Hasil Uji Linearitas Strategi *Coping* dan *Culture shock*

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Shock_Y * Coping_X	35	100.0%	0	.0%	35	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Shock_Y * Coping_X	Between Groups	(Combined)	2756.269	18	153.126	.587	.862
		Linearity	1386.818	1	1386.818	5.315	.035
		Deviation from Linearity	1369.451	17	80.556	.309	.989
	Within Groups		4174.417	16	260.901		
	Total		6930.686	34			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Shock_Y * Coping_X	-.447	.200	.631	.398

Lampiran Katagorisasi Skala *Culture Shock*

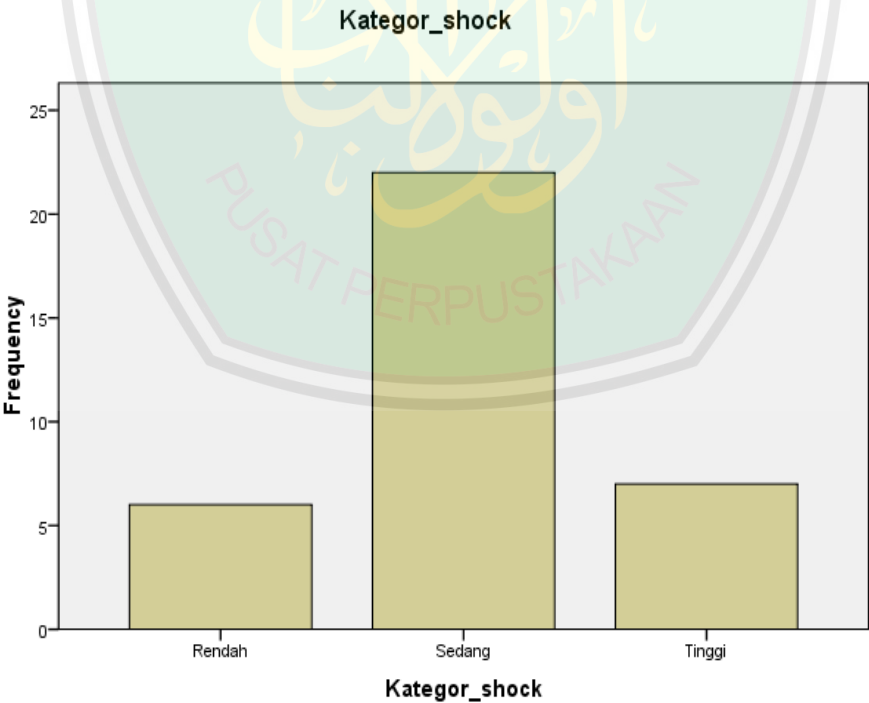
Statistics

Kategor_shock

N	Valid	35
	Missing	0

Kategor_shock

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	6	17.1	17.1	17.1
	Sedang	22	62.9	62.9	80.0
	Tinggi	7	20.0	20.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	



Lampiran Katagorisasi Skala *Problem Focused Coping*

Statistics

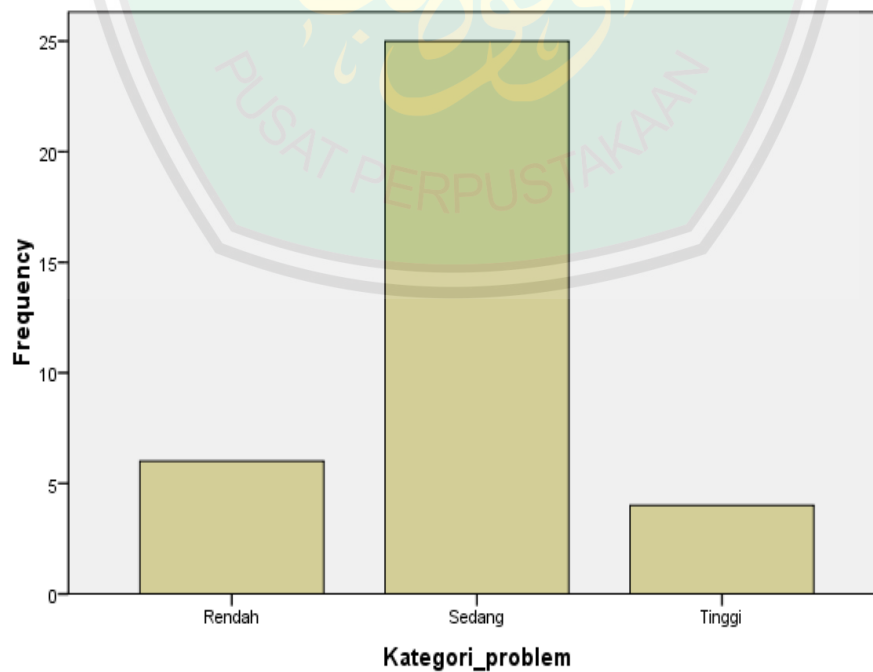
Kategori_problem

N	Valid	35
	Missing	0

Kategori_problem

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	6	17.1	17.1	17.1
	Sedang	25	71.4	71.4	88.6
	Tinggi	4	11.4	11.4	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Kategori_problem



Lampiran Katagorisasi Skala *Emotional Focused Coping*

Statistics

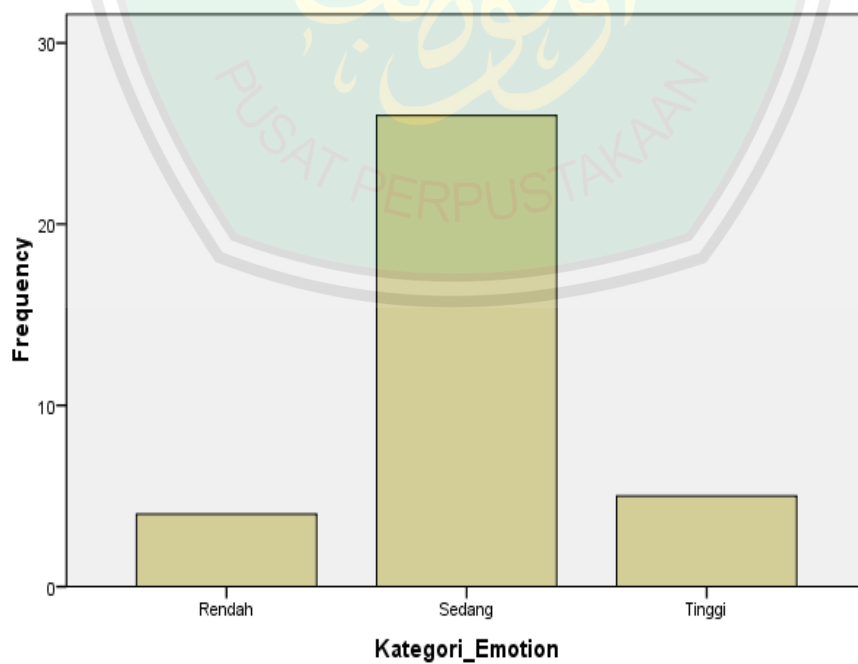
Kategori_Emotion

N	Valid	35
	Missing	0

Kategori_Emotion

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	4	11.4	11.4	11.4
	Sedang	26	74.3	74.3	85.7
	Tinggi	5	14.3	14.3	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Kategori_Emotion



KUESIONER

Nama :
Usia :
Jenis :
Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah masing-masing pernyataan dengan seksama, pernyataan-pernyataan tersebut memiliki 4 pilihan jawaban yaitu :
STS : Jika pernyataan tersebut **“Sangat Tidak Sesuai”** dengan diri anda
TS : Jika pernyataan tersebut **“Tidak Sesuai”** dengan diri anda
S : Jika pernyataan tersebut **“Sesuai”** dengan diri anda
SS : Jika pernyataan tersebut **“Sangat Sesuai”** dengan diri anda
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan perasaan atau sikap-sikap yang biasa anda lakukan dengan memberi tanda centang atau ceklist (✓) pada salah satu kolom jawaban
3. Tidak ada jawaban benar atau salah, karena itu isilah kolom jawaban yang telah tersedia dengan jawaban yang paling sesuai untuk menggambarkan diri anda
4. Mohon agar tidak melewati satu pernyataan dan jawablah dengan serius dan sungguh-sungguh
5. Dalam pengisian kuesioner ini, identitas responden semata-mata hanya digunakan untuk penelitian dan akan dijamin kerahasiannya.

CONTOH Pengerjaan

PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya suka melamun ketika memiliki masalah			✓	

Apabila anda menjawab seperti diatas, berarti pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda. Apabila saudara ingin mengubah jawaban, coretlah jawaban yang salah, kemudian pilihlah kembali jawaban yang dianggap paling sesuai dengan diri anda.

Saat ini anda tinggal di sebuah lingkungan dan budaya yang baru yaitu indonesia. Tujuan anda pergi ke Indonesia adalah untuk belajar, tepatnya di kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat anda berada di UIN Maliki Malang, anda menemukan banyak hal-hl yang baru di dalamnya. Tidak hanya itu saja, beberapa masalah juga akan anda hadapi di lingkungan baru tersebut. Oleh karena itu, disini saya ingin mengetahui gambaran diri dan perasaan anda berada di sebuah lingkungan dan budaya baru tersebut yaitu tepatnya di lingkungan kampus UIN Maliki Malang. selamat mengerjakan !!

LEMBAR KUESIONER 1

PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya merasa kaget atau <i>shock</i> dengan semua perbedaan kebiasaan yang saya temui di lingkungan baru				
Saya mudah cemas saat berkomunikasi dengan orang lain di lingkungan baru				
Saat saya tidak memahami apa yang disampaikan lawan bicara saya, saya merasakan jantung saya berdebar keras dan keluar keringat				
Saya merasa kesepian tinggal di lingkungan yang baru				
Saya selalu merasa sendiri ketika melakukan banyak hal di lingkungan yang baru				
Saya merasa sedih ketika mengingat bahwa saya jauh dari orang tua				

PERNYATAAN	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya sulit menemukan seseorang yang dapat membimbing dan <i>mensupport</i> saya di lingkungan baru ini				
Saya hanya mengenal teman-teman yang berasal dari negara yang sama				
Saya tidak memiliki banyak teman di lingkungan saya yang baru				
Terkadang teman-teman saya di lingkungan baru masih menganggap saya sebagai orang asing				
Saya merasa teman-teman di lingkungan baru cenderung tertutup kepada saya				
Saya merasa kurang dihargai oleh teman-teman di lingkungan baru				
Saya merasa teman-teman baru saya tidak menghiraukan pendapat saya				
Berada di lingkungan baru ini membuat saya menjadi orang lain (tidak menjadi diri sendiri)				
saya merasa ragu terhadap kemampuan yang saya miliki jika harus diterapkan di lingkungan yang baru				
Saya merasa takut untuk berpendapat di lingkungan yang baru				
Saya merasa kurang mampu untuk mengikuti kegiatan-kegiatan di lingkungan yang baru (seperti organisasi dan kegiatan lainnya)				
Saya merasa kurang mampu mengembangkan kemampuan saya di lingkungan yang baru				
Saya merasa kurang nyaman dengan peraturan dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru				

PERNYATAAN	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya tidak begitu menyukai peraturan yang ada di lingkungan baru, sehingga saya cenderung untuk tidak menaatinya atau tidak patuh				
Saya kurang tertarik mempelajari bahasa, norma dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru saya				
Saya merasa tidak mampu menghadapi semua kesulitan yang saya temui di lingkungan baru				
Saya merasa sedih karena tidak dapat berbaur dengan lingkungan yang baru				
Saya merasa tidak percaya diri dengan semua penyesuaian diri yang telah saya lakukan di lingkungan baru				
saya tidak betah berada di lingkungan baru dan ingin segera kembali ke negara saya				
Saya merasa <i>enjoy</i> dengan kebiasaan di lingkungan baru yang saya temui				
Saya mudah berkomunikasi dengan orang di lingkungan baru				
Berada di lingkungan baru membuat hidup saya semakin bahagia				
Meskipun saya jarang berkomunikasi dengan keluarga di rumah, saya merasa baik-baik saja				
Teman-teman baru saya sudah saya anggap seperti keluarga sendiri				
Semakin hari teman-teman baru saya semakin bertambah banyak				
Saya merasa dekat dengan teman-teman saya di lingkungan baru				
Saya merasa teman-teman baru saya menghormati dan mau mendengarkan pendapat saya				

meskipun berada di lingkungan yang baru, saya tetap mampu mengenal kemampuan dan kelemahan yang saya miliki				
Saya merasa senang dan nyaman mengikuti semua peraturan dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru ini				
Saya senang dan tertarik untuk mempelajari bahasa, norma dan kebiasaan yang ada di lingkungan baru.				
Saya yakin dapat menghadapi semua kesulitan yang ada di lingkungan baru ini				
Menurut saya, saya adalah orang yang mudah menyesuaikan diri di lingkungan yang baru				

LEMBAR KUESIONER 2

PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya memikirkan dengan serius cara apa yang harus saya lakukan untuk mengatasi masalah yang sedang saya hadapi				
Saya berusaha menganalisa masalah yang saya hadapi agar bisa memahaminya dengan lebih baik				
Saya melakukan secara bertahap apa yang harus saya lakukan untuk menyelesaikan masalah saya				
Saya akan berusaha mencari orang yang bertanggung jawab atas masalah yang terjadi dan berusaha menyelesaikannya				
Saya akan mengungkapkan kemarahan saya kepada orang yang menjadi penyebab terjadinya masalah				
Saya akan menyelesaikan masalah dengan berbagai cara, meskipun memiliki resiko yang besar				

PERNYATAAN	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya berbicara dengan seseorang untuk mencari tahu lebih mendalam tentang situasi atau masalah yang saya hadapi				
Saya akan meminta saran kepada keluarga atau teman yang saya hormati untuk menyelesaikan masalah saya				
Saya mencari bantuan profesional dan melakukan apa yang mereka sarankan				
Saya mendapatkan simpati dan pengertian dari seseorang ketika memiliki masalah				
Saat saya memiliki masalah, saya berbicara kepada seseorang tentang kesedihan dan perasaan yang saya rasakan				
Saat saya memiliki masalah, saya mencari seseorang yang dapat menghiburku sehingga saya lupa dengan masalah yang sedang dihadapi				
Saya merasa mampu menahan emosi yang saya rasakan ketika memiliki masalah				
Saya dapat memastikan tidak membuat masalah lebih buruk dengan bertindak terlalu cepat				
Saya berusaha menenangkan diri terlebih dahulu sebelum mengambil keputusan				
Saya tidak mau berpikir terlalu banyak tentang masalah yang sedang dihadapi				
Saya tidak mau terlalu serius dalam menyelesaikan masalah				
Saya tidak memperdulikan masalah yang sedang saya hadapi				
Saya mencoba untuk melupakan semua masalah				

PERNYATAAN	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Ketika saya mempunyai masalah, saya bersyukur karena Allah masih mengingatkan saya				
Saya belajar dari pengalaman buruk saya agar tidak terulang kembali				
Saya berusaha menjadi pribadi yang lebih baik lagi setelah permasalahan yang saya alami				
Saya sadar bahwa setiap orang pernah melakukan kesalahan, sehingga saya selalu berhati-hati dalam bersikap				
Saya menyadari kesalahan saya dan berusaha untuk memperbaikinya				
Saya menerima segala akibat yang akan saya dapatkan dari permasalahan ini				
Ketika memiliki masalah, saya membuat diri lebih baik dengan banyak makan atau nyemil				
Ketika memiliki masalah, saya membuat diri menjadi lebih baik dengan melampiaskan pada hal-hal berikut (merokok, minuman keras, meminum obat-obatan penenang, atau narkoba) (PILIH SALAH SATU JIKA ADA)				
Saat memiliki masalah, saya berusaha untuk menghindar dari orang-orang di sekeliling saya				
ketika saya memiliki masalah, saya lebih banyak tidur daripada biasanya				
saya lebih suka jalan-jalan daripada harus memikirkan masalah yang sedang dihadapi				
Saat di timpa masalah saya kurang bisa mengatasinya				
Saya selesaikan masalah tanpa berpikir panjang				

PERNYATAAN	Sangat Tidak Sesuai	Tidak Sesuai	Sesuai	Sangat Sesuai
Saya biarkan saja masalah berlalu dengan berjalannya waktu				
Saat menghadapi masalah saya tidak berani menyelesaikannya secara langsung dengan orang yang menjadi penyebab masalah				
Saya tidak mau orang lain terlibat dalam menyelesaikan masalah pribadi saya				
Saya tidak mau membicarakan masalah pribadi saya meskipun kepada orang yang dekat dengan saya				
Teman-teman saya tidak berusaha untuk menghiburku ketika saya mempunyai masalah				
Saya tidak pernah mengeluh dengan permasalahan yang saya hadapi				
dalam menyelesaikan masalah, saya cenderung terlalu terburu-buru				
saya tidak bisa tenang atau merasa cemas ketika mempunyai masalah				
Setiap saya memiliki masalah saya selalu memikirkannya				
Saya jarang melakukan introspeksi diri				
Saya lebih sering menyalahkan orang lain ketika mempunyai masalah				
Saya tidak percaya kalau permasalahan ini terjadi kepada saya				
Saya jarang menyadari kesalahan-kesalahan yang saya perbuat				

إرشاد الإجابة

- 1 -اقرأ كل التعبير جيدا، لكل التعبير أربعة أجوبة، وهي:
 - غير مناسب جدا : إذا كان التعبير "غير مناسب جدا" بنفسك
 - غير مناسب : إذا كان التعبير "غير مناسب" بنفسك
 - مناسب : إذا كان التعبير "مناسب" بنفسك
 - مناسب جدا : إذا كان التعبير "مناسب جدا" بنفسك
- 2 -اختر إحدى الأجوبة المناسبة بالشعور أو الأفعال التي تعتادها بإعطاء الإشارة (√) على أحد عمود الأجوبة!
- 3 -مافيه الجواب الصحيح أو الخطأ، لذلك أجب عمود الأجوبة المجهزة بأنسب الأجوبة مصوراً لنفسك
- 4 -نرجو ألا تمر إلى التعبير الآخر قبل أن تجيب الأول وأجب جهدا
- 5 -في هذه الاستبيانات ، لا تستخدم هوية المستطلعين إلا للبحث العلمي وتضمن أسرارهم

المثال:

قمة الأجوبة				التعبير
مناسب جدا	مناسب	غير مناسب	غير مناسب جدا	
	√			ألويت حين عندي المشكلة

إذا تجيب نحو ذلك، إذن ذلك التعبير يناسب نفسك. إن تريد أن تغير جوابك، فاشطب الخطأ ثم اختر مرة ثانية الجواب المناسب بنفسك.

صفحة الاستبيان الأولى

خيار الأجوبة				الأقوال
مناسب جدا	مناسب	غير مناسب	غير مناسب جدا	

				شعرت بالهلع حينما أتوجه كل اختلاف العادات في البيئة الجديدة.
				قلقت كثيرا حينما أتصل مع الآخر في البيئة الجديدة.
				حينما لا أفهم ما قاله الآخر إلي، خفق قلبي وسال عرقي.
				شعرت بأنني منفردا حينما سكنت في البيئة الجديدة.
				شعرت بأنني دائما منفردا حينما أفعل كل الأشياء في البيئة الجديدة.
				شعرت بالحزن بالنظر أنني بعيد من والدي.
				أتوجه الصعوبة في إيجاد الشخص الذي استطاع أن أشرفني وأيدني في هذه البيئة الجديدة.
				عرفت الأصدقاء من نفس البلد فقط.
				لا أمتلك الأصدقاء الكثيرة في هذه البيئة الجديدة.
				قد يرى أصدقائي في البيئة الجديدة أنني غريبا.
				شعرت بأن أصدقائي في البيئة الجديدة لا يفتح بي.
				شعرت بقلّة الاهتمام من

				أصدقائي في البيئة الجديدة.
				شعرت بأن أصدقائي في البيئة الجديدة لا يستمع إلى رأيي.
				الحقيقة بأنني في البيئة الجديدة تجعلني أن أكون شخصا آخر (لأأكون نفسي).
				شعرت بالشك على كفاءتي لأطبقتها في البيئة الجديدة.
				خفت أن أتقدم رأيي في البيئة الجديدة.
				شعرت بقلّة الكفاءة في اشتراك الأنشطة في البيئة الجديدة (مثل المنظمة والأنشطة الأخرى).
				شعرت بقلّة القدرة في تطبيق كفاءتي في البيئة الجديدة.
				شعرت بقلّة الارتياح في النظام والعادات في البيئة الجديدة.
				لا أرغب في النظام الموجودة في البيئة الجديدة حتى أميل إلى أن لا أطيعها.
				لا أهتم كثيرا بتعليم اللغة والمبدأ والعادة في البيئة الجديدة.
				شعرت بأنني لا أستطيع أن أوجه الصعوبة الموجودة في البيئة الجديدة.
				شعرت بالحزن لأنني لا أستطيع

				أن أحتلط بالبيئة الجديدة.
				لا أثق بنفسي بكل التكيف الذي فعلته في البيئة الجديدة.
				لا أرتاح أن أكون في البيئة الجديدة وأريد أن أعود إلى بلدي.
				شعرت بالافتقار بالعادة في هذه البيئة الجديدة.
				أتصل اتصالا بسيطا مع الآخر في البيئة الجديدة
				صارت حياتي سعيدة في هذه البيئة الجديدة.
				ولو كنت لا أتصل كثيرا بالعائلة في البيت، لكنني ما شعرت بالحزن.
				قد اعتبرت أن أصدقائي هي عائلتي.
				زادت أصدقائي بمرور الأيام.
				شعرت بالقرب من أصدقائي في البيئة الجديدة.
				شعرت أن أصدقائي تهتم بي وتستمع إلى رأيي.
				ولو كنت أسكن في البيئة الجديدة، استطعت أن أعرف كفاءتي ونقصاني.
				شعرت بالفرح والارتياح في اشترك النظام والعادات في

				البيئة الجديدة.
				أفرح وأهتم بتعليم اللغة والمبدأ والعادة في البيئة الجديدة.
				أعتقد أنني أستطيع أن أوجه كل المشكلة في هذه البيئة الجديدة.
				رأيت أنني أستطيع أن أكيف سريعا في البيئة الجديدة.

قائمة الأجوبة				التعبير
مناسب جدا	مناسب	غير مناسب	غير مناسب جدا	
				أفكر جهدا على أي الطريقة التي يجب علي أن أفعلها لحل المشكلة التي بين يدي
				أحاول تحليل المشكلة التي بين يدي لكي أفهمها أحسن الفهم
				أفعل ما يجب علي فعله حالا للمشكلة تدريجيا
				سأحاول بحث المقيم بالمشكلة الحادثة وكذلك سأنهيها
				سأكشف غضبي على من

				الذي يسبب المشكلة
				سأحل المشكلة بوجهه ما ولو كانت له توابع كبيرة
				تكلمت مع الشخص لنعلم عميقا عن موقف الحالة أو المشكلة التي بين يدي
				سأطلب النصيحة على العائلة أو أكرم الأصدقاء لحل المشكلة
				أستغيث المعاونة المتقنة وأفعل ما نصحوه
				نلت العطف وحسن التفاهم من الشخص حين عندي مشكلة
				حين عندي مشكلة، أكلم مع من عن قلق نفسي وشعوري
				حين عندي مشكلة، أطلب من الذي يستطيع أن سلايني حتى نسيت مشكلتي
				استطعت تجرع الغيظ الذي شعرت حين عندي مشكلة
				استطعت أن أثبت على أن المشكلة لا تكون مفسدة باستعجال في الفعل

				أحاول أن أطمئن نفسي أولاً قبل أن أقضي الأمر
				ما أردت أن أفكر كثيراً عن مشكلتي
				ما أردت أن أشتد في حل المشكلة
				لا أبالي المشكلة التي بين يدي
				أحاول أن أنسي كل مشكلة في حياتي
				حين عندي مشكلة، أشكر الله الذي قد ذكرني
				تعلمت من الخبرة القبيحة لألا ترد تلك الخبرة مرة ثانية
				أحاول أن أكون أحسن الشخص بعد الحادثة التي مرت بي
				أعلم أن أصل كل مشكلتي هو من نفسي
				أعلم كل أخطائي وأحاول أن أصلحها
				قابلت جميع التوابع التي سألها من هذه المشكلة

				حين عندي مشكلة، أصلح نفسي بكثير الأكل
				حين عندي مشكلة، أصلح نفسي بفعل المنكرات (شرب الدخان، والخمر، والدواء المحروم والمطمئن وغير ذلك) اختر إحدى منها
				حين عندي مشكلة، أحاول أن أستبعد عمن حولنا
				حين عندي مشكلة، أكثر في النوم من العادة
				رغبت في التجاؤل من التفكير عن المشكلة
				حين عندي مشكلة، لا أستطيع حلها إلا قليلا
				أحل المشكلة حينئذ على البديهة
				أهمل المشكلة مرت بمرور الأوقات
				حين عندي مشكلة، لا أتشجع حلها مباشرة بمن يسبب المشكلة

				ما أردت أن أنشب الآخر في حل مشكلتي
				أبيت على بحث مشكلتي ولو كان إلى من يقرب في
				لا يحاول أصدقائي أن سلوا بي حين عندي مشكلة
				ما كشعت بالمشكلة التي بين يدي
				في حل المشكلة، استعجلت
				ما اطمأنت وأخذني القلق حين عندي مشكلة
				كنت مبهورا بالمشكلة الحادثة
				عزني المحاسبة على النفس
				كثر علي أن أعاتب الآخر حين عندي مشكلة
				لأصدق ولا أعتقد أن هذه المشكلة تحدث علي
				عزني النذر بأخطائي

QUESTIONNAIRE

Nama : Male/Female :

Age : Study Program :

INSTRUCTION

6. Read each inquiry very carefully, and each inquiry has 4 options, in which:
EI : If the statement is “**Extremely Improper**” to you
I : If the statement is “**Improper**” to you
P : If the statement is “**Proper**” to you
EP : If the statement is “**Extremely Proper**”
7. Choose the best answers in line with your feelings or accustomed demeanor by giving checklist mark (√) in one of the best answer
8. No answer will be considered whether true or false, therefore, choose the best answers based on yourself
9. Beseech to not overlook just one inquiry and answer all inquiries seriously
10. In this questionnaire, your identity will be absolutely secured since these identities will be merely used for research necessity

THE EXAMPLE.

STATEMENT	CHOICE ANSWER			
	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
I like to daydream when I have problems			√	

When you have answered such as previous example, the answer is considered reflecting you. However, if you want to revise your answer, you may just cross out the wrong answer then decide the correct one.

Now, you are living in a new environment with a new culture also, that is Indonesia. Your first goal arriving in Indonesia is to study, specifically at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang (UIN Maliki Malang). When you live and study at UIN Maliki Malang, you definitely find many new things there. Beside, you also get some problems in the new environment and new place.

Therefore, by this questionnaire, I (as the researcher) want to know how is your feeling for being in the new environment and new place with its new culture specifically at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang.

QUESTIONNAIRE SHEET 1

STATEMENT	CHOICE ANSWER			
	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
I'm shocked with all differences that I know in the new environment.				
I'm afraid when having conversation with new people in the new environment.				
I'm stressed out, when I can't understand what they say and talk about.				
I feel lonely living in the new environment and new place.				
I often feel lonely when doing many things in the environment.				
I'm sad when I know I live so far away from my home and my parents.				
It's difficult for me to find a person who can lead and support me in this new environment.				
I only have friends who are from the same country with me.				
I don't have friends from this new place/ environment.				
Sometimes my new friends think that I'm a foreigner or stranger.				
I feel that my new friends tend to be introvert with me.				
I feel that my new friends do not respect me.				
I feel that my new friends do not care about my opinion.				

STATEMENT	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
Being in this new place makes me feel like a stranger (I can't be who I am).				
I doubt with my ability and competence if I have to show them in this new place.				
I'm afraid for having any argument in this new place.				
I feel I can't join any activities and communities with my new friends in this new place.				
I feel I can't sharpen my ability and competence in this new place.				
I'm not comfortable with the habits and rules in this new place.				
I don't like the rules in this new place, so I usually break the rules.				
I'm not interested in studying the languages, norms and habits of this place.				
I think I can't cope with all difficulties and problems that I get in this place.				
I'm sad I can't adapt well in this new place.				
I'm not confident with all adaptation that I've done in this new place.				
I can't stay for a longer time in this new place and I want to go back home to my own country.				
I can enjoy all the new things in this new place.				
It's easy for me to have communications with the new people here.				
Being in the new place can make me happier				
I'm fine, even though I rarely have				

communication with my family.				
STATEMENT	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
I perceive my new friends as my own family.				
I get so many new friends day by day.				
I feel that my new friends and I are really closed.				
I feel that my new friends respect to me and my opinions.				
I can recognize my abilities and weaknesses, although I'm in this new place now.				
I'm happy and comfortable to obey all rules and habits in this new place.				
I'm interested in studying the languages, norms and habits in this new place.				
I'm sure I can cope with all difficulties and problems in this new place.				
I think I'm good in adapting with new place and new people.				

QUESTIONNAIRE SHEET 2

STATEMENT	CHOICE ANSWER			
	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
I think out what I have to do to conquer my problems				
I try to analyze my problems in order to comprehend it well				
I have plans to overcome my problems and do it in phases				
I try to find someone who is responsible for				

this problems and try to solve its				
STATEMENT	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
I will flare up toward person who causes this problem happening				
I will try to do anything although those treatments has high hazard				
I try to visit somebody in order to finding the actual condition of my problems				
I adjure advice from my family of friends how to conquer my problems				
I consult with psychiatry and do what they urge				
I get sympathy and care from someone when I have problems				
When I have problems, I discuss to someone about my dejected and gloomy feelings				
When I have problems, I find someone who could regale me so that I can forget my problems				
I feel that I could control my emotion when I have problems				
I can ensure myself that I won't exacerbate the situation by doing impulsive things				
I would try to calm myself down before I make decisions				
I do not want to think deeply my difficulties				
I'm not really serous to solve my problems				
I'm nonchalant about my snags				
I try to forget all my troubles				
When I have problems, I'm truly grateful because Allah must bear in mind of me				

I learn to not do the same fault				
STATEMENT	Extremely Improper	Improper	Proper	Extremely Proper
I attempt to be better person after I get difficult situation				
I realize that I solely blame myself toward any troubles				
I recognize my mistakes and make an effort to be better for my future				
I accept my consequences due to my mistakes				
I prefer to eat everything heartily when I have problems because it makes me feel relief				
I prefer doing execrable things in order to relief my stressful mind such as (smoking, knocked alcohol back, taking tranquilizer and opium, or taking drugs) SELECT ONE OF THEM				
I dodge everyone around me when I have difficulties				
I prefer sleeping when I have troubles				
I prefer to take a walk rather than to think hard my snags				
I'm immature to solve my problems				
At that time, I overcome my difficulties				
I let my problems go along the time goes by				
When I have problems, I'm terrified to talk directly to the trouble maker				
Other may not entangle in my difficulties				
I'm reluctant to tell my problems though she/he is my best friend				
My friends do not care and amuse me when I have problems				

I never bellyache about my difficulties				
In solving problem, I'm considered be in haste				
I feel so anxious when I have problems				
I feel so burden toward my problems				
I seldom do introspection of myself				
I often blame other when I have troubles				
I don't believe why this snag could happen to me				
I seldom realize my own mistakes				



DOKUMENTASI



Memberikan skala kepada mahasiswa Thailand



Memberikan skala kepada mahasiswa Sudan



Memberikan skala kepada mahasiswa Thailand