

DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI FAKTOR PENDUKUNG KEBERHASILAN ADAPTASI MAHASISWA PERANTAU YANG TINGGAL DI ASRAMA JAKARTA

Saira Lastiar Naibaho & Juliana Murniati

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta, Jalan Jend. Sudirman No. 51, Jakarta Selatan, DKI Jakarta 12930, Indonesia

Korespondensi: juliana.murniati@atmajaya.ac.id

**THE IMPACT OF SOCIAL SUPPORT TOWARDS ADAPTATION SUCCESS
AMONG URBANIZING STUDENTS IN JAKARTA: A STUDY ON
UNIVERSITY DORMITORY STUDENTS IN JAKARTA**

Manuscript type: Original Research

Abstract

Migrant students are facing challenges in adapting to the unique culture of Jakarta. Universities offer dormitory programs to facilitate migrant students in this adaptation process. The present study examined the role of social support to adaptation success of the migrant students. The study involved 105 students living in the dormitory of a public university. The study adopted the Cross-Cultural Adaptation Scale and Multi-dimensional Support Scale. Regression analysis showed that social support significantly contributed to the cross-cultural adaptation of migrant students in Jakarta. All sources of social support (support from family members, new friends in the place of study, and university) were significant predictors of adaptation success, except support from peers who were also migrant students. Furthermore, the university support has a significant but negative impact to students' adaptation success. The research was conducted after the spike of COVID-19 pandemic, thus it might provide a unique nuance in interpreting the findings.

Article history:

Received 22 February 2021
Received in revised form 2 October 2021
Accepted 23 December 2021
Available online 22 October 2022

Keywords:

cross-cultural adaptation
social support
migrant students

Abstrak

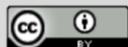
Mahasiswa perantau biasanya menghadapi tantangan terkait adaptasi budaya di Jakarta. Universitas menawarkan asrama dengan program kegiatan yang memfasilitasi mereka dalam proses adaptasi tersebut. Studi ini melihat peran dukungan sosial terhadap adaptasi budaya para mahasiswa perantau dan melibatkan 105 mahasiswa perantau yang tinggal di Asrama Universitas X di Jakarta. Studi ini menggunakan instrumen *Cross-Cultural Adaptation Scale* dan *Multi-Dimensional Support Scale*. Uji regresi menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan pada keberhasilan adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau di Jakarta. Semua jenis dukungan sosial (dukungan dari keluarga, teman baru di Jakarta, dan universitas) signifikan berpengaruh terhadap keberhasilan adaptasi mahasiswa, kecuali dukungan teman seperantauan. Lebih lanjut, pengaruh dukungan universitas ditemukan bersifat negatif terhadap adaptasi lintas budaya. Penelitian dilaksanakan ketika pandemi COVID-19 merebak, sehingga interpretasi terhadap hasil studi dapat dipengaruhi oleh konteks ini.

Kata Kunci: adaptasi lintas budaya, dukungan sosial, mahasiswa perantau

Dampak dan Implikasi dalam Konteks Ulayat

Penelitian ini memberikan kontribusi pada ilmu psikologi di Indonesia, khususnya dalam memahami proses adaptasi lintas budaya pada mahasiswa luar pulau Jawa yang merantau ke Jakarta. Penulis menyoroti peranan dukungan sosial (keluarga, teman asal daerah, teman baru di Jakarta, dan universitas) sebagai modal sosial yang khas bagi masyarakat kolektivistik seperti Indonesia. Kajian adaptasi lintas budaya sejauh ini lebih berfokus pada budaya nasional, serta dalam lingkup keberagaman domestik Indonesia. Sementara itu, studi ini berfokus pada mobilitas internal yang merupakan isu penting untuk dilakukan pada masyarakat Indonesia yang sangat heterogen, terutama dalam konteks pendidikan tinggi untuk generasi penerus bangsa. Kajian ini memberikan perspektif lain terhadap peran dukungan dari universitas, yang oleh mahasiswa perantau dipersepsikan lebih bersifat negatif daripada fasilitasi untuk mencapai adaptasi lintas budaya.

Handling Editor: Subhan El Hafiz, Faculty of Psychology, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA, Indonesia



This open access article is licensed under [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction, provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Badan Riset dan Inovasi Nasional (2018) menunjukkan bahwa mayoritas universitas unggulan (peringkat satu hingga sepuluh se-Indonesia) berada di pulau Jawa dan terpusat di wilayah Jabodetabek. Dengan demikian, tidak heran apabila setiap tahunnya calon mahasiswa dari luar Jakarta merantau untuk berkuliah di perguruan tinggi di ibu kota. Sebagai mahasiswa perantau, terdapat berbagai persiapan yang harus dilakukan, seperti mencari tempat tinggal layak dan lingkungan yang dapat mendukung studi mereka (Utari dkk., 2014). Mengingat bahwa tempat tinggal merupakan isu cukup krusial bagi mahasiswa luar Jakarta, terutama dalam meyakinkan orang tua akan keamanan lingkungan pergaulan anak-anaknya, maka beberapa perguruan tinggi menyediakan asrama (*dormitory*) untuk mahasiswa.

Tinggal di asrama juga memfasilitasi terjalinnya hubungan lebih erat dengan teman baru dan dosen, serta memanfaatkan fasilitas kampus (Bozick, 2007). Universitas yang berasrama umumnya mengembangkan program kegiatan bagi para penghuninya, misalnya saja pada asrama Unika Atma Jaya, di mana terdapat dosen yang ditugaskan sebagai pendamping mahasiswa (pamong), sehingga memungkinkan interaksi yang lebih baik antara penghuni dengan dosen, dibandingkan apabila mahasiswa tinggal di luar asrama, seperti indekos. Asrama sebagai tempat tinggal dengan aktivitas yang memungkinkan interaksi antar penghuni dari berbagai latar belakang budaya segera membuat mahasiswa menemukan suasana kekeluargaan, serta mengalihkan rasa rindu rumah dan keluarga yang ditinggalkan. Atmosfer rumah seperti ini sangat penting bagi masyarakat Indonesia yang cenderung kolektivistik, yaitu berorientasi pada orang (Kaihatu dkk., 2021).

Asrama menyatu dengan kampus menysar permasalahan penyesuaian hidup mahasiswa perantau di Jakarta. Kebutuhan akan keluarga diupayakan pemenuhannya dengan membangun suasana seperti rumah, melalui kehadiran sesama penghuni asrama, dan berbagai aktivitas bersama. Dengan demikian, hidup sendirian di Jakarta dengan permasalahan emosional, seperti kesepian dan gangguan suasana hati (Mesidor & Sly, 2016) tidak lagi menjadi permasalahan besar dan keberhasilan dalam penyesuaian hidup sehari-hari di asrama diharapkan dapat ditransfer ke dalam kehidupan kampus, baik dalam interaksi dengan sesama mahasiswa maupun dalam menyelesaikan tugas kuliah bersama dengan teman-teman dari Jakarta.

Kenyataannya, sejumlah besar mahasiswa perantau menghadapi berbagai tantangan di tengah proses studinya. Penelitian Wijanarko dan Syafiq (2013) tentang pengalaman fenomenologi mahasiswa Papua yang berkuliah di Surabaya memperlihatkan kesulitan mahasiswa perantau dalam

berkomunikasi, seperti salah menangkap makna pembicaraan yang disampaikan secara tidak langsung (*indirect communication*), serta memahami ungkapan dalam Bahasa Jawa maupun dalam bahasa pergaulan anak muda Surabaya. Mereka juga kurang terbiasa dengan budaya nongkrong di kafe sebagaimana yang dilakukan anak muda di Surabaya, apalagi juga memerlukan pengeluaran uang ekstra tersendiri. Tatapan mata tampak aneh terhadap tampilan fisik, termasuk warna kulit, menjadi hambatan cukup besar untuk membangun interaksi dengan mahasiswa lokal (Wijanarko & Syafiq, 2013). Berbagai pengalaman lainnya karena kebiasaan yang berbeda, seperti makanan, adat kebiasaan, maupun gaya komunikasi dengan simbol khususnya, memunculkan rasa tidak nyaman mahasiswa perantau sebagaimana teridentifikasi dari penelitian Devinta dkk. (2015). Reaksi kaget dan cemas, atau dikenal sebagai gegar budaya (*culture shock*) ini pada akhirnya memengaruhi proses adaptasi. Studi yang dilakukan oleh Pramudiana dan Setyorini (2019) memperlihatkan hubungan yang kuat antara pengalaman gegar budaya dengan penyesuaian sosial, dan komponen yang berpengaruh besar adalah keterkejutan terhadap peran sosial dalam interaksi dengan teman di kampus. Permasalahan sosial budaya ini tidak jarang kemudian berkembang menjadi hambatan dalam studi, seperti yang dilaporkan dalam hasil penelitian tentang prestasi dan motivasi akademik mahasiswa perantau dari Basri dan Ridha (2020), serta riset terkait kepercayaan diri untuk sukses secara akademik dari Winata (2014).

Budaya dengan simbolnya merupakan sistem orientasi spesifik yang mengarahkan sikap dan perilaku sebuah masyarakat (Panggabean dkk., 2014). Sebagai sebuah pedoman, sistem ini berfungsi seperti kompas yang menentukan apa yang normal, lazim, wajar, dan dapat diterima atau ditoleransi di masyarakat tersebut. Indonesia adalah sebuah negara yang sangat beragam suku, agama, keyakinan lainnya, dengan keanekaragaman budayanya masing-masing, mulai dari bahasa, kebiasaan hidup, produk seni, makanan, dan pola interaksinya. Sekalipun dipersatukan sebagai sebuah bangsa, tidak dapat dipungkiri bahwa kekhasan sistem orientasi spesifik dari masing-masing etnik di Indonesia ini eksis. Kecenderungan menjadikan sistem orientasi etniknya sebagai sesuatu yang wajar dan kebiasaan dari budaya etnik lain sebagai sesuatu yang aneh, akhirnya memunculkan permasalahan ketika individu yang tumbuh besar di daerah asalnya, kemudian pindah dan berdiam di daerah baru, sebagaimana yang terjadi pada mahasiswa perantau yang studi di Jakarta.

Kajian mengenai gegar budaya memperlihatkan bahwa kegagalan penyesuaian diri pada budaya baru bukanlah karena ketidakkenalan pada budaya asing tersebut semata, tetapi juga karena tidak adanya antisipasi terhadap perilaku masyarakat lokal (Ward dkk., 2001). Sekalipun jarak budaya (*cultural distance*) tersebut dekat, seperti antar etnik di Indonesia dibandingkan antar negara,

tetapi apabila tidak ada antisipasi terhadap perbedaan budaya, maka kekegetan muncul dan individu mempertanyakan perilaku orang lokal yang ditampilkan dengan simbol atau ekspresi sebagaimana dikenalnya, meskipun ternyata memiliki pemaknaan berbeda. Antisipasi akan adanya perbedaan menyiapkan sikap mental individu dalam menghadapi cara berpikir, merasakan, dan bertindak yang berbeda dengan kebiasaan-kebiasaan di tempat asalnya (Panggabean dkk., 2014). Dengan demikian, proses adaptasi diri juga menjadi lebih mudah.

Proses adaptasi lintas budaya pada dasarnya merupakan sebuah penyesuaian dalam menghadapi dan belajar hidup dengan nilai dan praktik budaya baru (Ng dkk., 2017). Proses demikian umumnya terjadi pada individu yang berakulturasi dengan budaya baru, di mana individu melakukan evaluasi dan komparasi terhadap nilai dan norma budaya antara budayanya sendiri dengan budaya baru yang dijumpainya (Berry, 2005), kemudian pada akhirnya memperkaya identitas budayanya (Ng dkk., 2017). Meskipun terdapat proses penanggalan (*shedding*), biasanya aspek dari kedua budaya akan terasimilasi. Tujuan akhir dari adaptasi lintas budaya adalah mencapai keselarasan identitas budaya, serta mendapatkan kenyamanan untuk melanjutkan kehidupan di tempat baru (Mulyana & Rakhmat, 2005). Adaptasi lintas budaya yang sukses pada mahasiswa perantau akan membuat mereka lebih mudah dan lancar dalam menjalankan studinya.

Salah satu faktor psikologis penentu keberhasilan adaptasi ini adalah dukungan sosial (Berry, 2005) yang diterima mahasiswa perantau dari lingkungan sekitarnya (keluarga, teman, maupun pihak kampus), seperti kasih sayang, dorongan semangat, rasa memiliki, keterlibatan, atau keamanan (Lian & Tsang, 2010). Lian dan Tsang (2010), dalam studinya pada mahasiswa China di Universitas Hong Kong, menemukan dukungan keluarga lebih dominan berpengaruh terhadap keberhasilan beradaptasi dibandingkan dukungan teman di tempat baru. Hasil penelitian terhadap mahasiswa internasional di Hong Kong memunculkan pertanyaan, yaitu bagaimana peran dukungan sosial pada mahasiswa perantau di asrama kampus bernuansakan suasana kekeluargaan dengan pendamping sebagai pamong sebagaimana uraian di atas. Di samping itu, asrama kampus dengan suasana menyenangkan, dengan tidak banyak tantangan terkait komunikasi dan kebiasaan lain sebagaimana dialami mahasiswa perantau dalam interaksinya dengan mahasiswa lokal, boleh jadi tidak memotivasi mahasiswa perantau untuk melakukan adaptasi lintas budaya. Asrama kampus mengurangi intensitas dan intensi mahasiswa perantau untuk bergaul dengan teman-teman setempat (Mulyana & Rakhmat, 2005). Kewajiban mengerjakan tugas bersama dalam/luar kelas dan tidak terhindarnya interaksi di kampus akan menuntut mahasiswa perantau untuk tidak hanya terkoneksi dengan sesama perantau saja, tetapi juga dengan mahasiswa lokal dari Jakarta dan sekitarnya.

Perasaan diterima dan keberhasilan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru berpengaruh terhadap keberhasilan akademik. Kajian oleh Saniskoro dan Akmal (2017) menunjukkan bahwa mahasiswa perantau yang memiliki hubungan baik dengan teman dan personel universitas cenderung bebas dari persepsi akan tekanan yang pada gilirannya akan memengaruhi penyesuaian sosial dan pencapaian akademik. Penelitian Shafira dan Lestari (2015) juga memperlihatkan pentingnya interaksi positif mahasiswa perantau Indonesia dengan mahasiswa lokal untuk mencapai penyesuaian diri yang baik. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka studi ini berfokus pada pengaruh dukungan sosial terhadap keberhasilan beradaptasi mahasiswa yang tinggal di asrama universitas di Jakarta.

Adaptasi Lintas Budaya

Adaptasi lintas budaya merupakan proses penyesuaian diri seseorang sebagai hasil dari kontak intensif dalam durasi cukup panjang dengan budaya baru, dengan hasil berupa kenyamanan (Gudykunst & Mody, 2002), keselarasan diri dengan lingkungan (Berry, 2005), serta kesejahteraan psikologis, dan peningkatan kualitas relasi sosial dengan orang-orang dari lingkungan barunya. Proses ini memerlukan persiapan secara umum, juga kesiapan kognitif dan emosional untuk sukses, seperti persiapan bahasa pada mahasiswa internasional (Ng dkk., 2017) atau pengenalan akan cara dan isi pembicaraan khas orang lokal, termasuk cara atau praktik membangun relasi pada mahasiswa perantau domestik (Mulyana & Rakhmat, 2005). Kesadaran akan pentingnya kesiapan ini mendorong individu untuk menemukan dukungan sosial yang paling tepat untuknya agar berhasil dalam proses adaptasi (Shafaei & Razak, 2018).

Adaptasi lintas budaya mencakup dua dimensi, yakni adaptasi psikologis dan sosial budaya (Berry, 2005). Adaptasi psikologis merujuk pada kemampuan individu menghadapi lingkungan baru, terutama dalam proses sampai pada kejelasan identitas diri dan budaya, serta kesejahteraan psikologis dan kepuasan emosional. Ketidakberhasilan dalam adaptasi ini akan memengaruhi aspek emosional kehidupan individu (Yu dkk., 2019). Penilaian diri yang positif beserta dukungan sosial dari orang sekitar akan mendukung kelancaran proses adaptasi psikologis (Jackson dkk., 2013). Sementara itu, adaptasi sosial budaya berkenaan dengan kemampuan menghadapi permasalahan hidup keseharian dan interaksi sosial di dalam budaya baru (Wilson dkk., 2017). Keberhasilannya terindikasi dari seberapa nyaman dan puas individu dengan situasi hidup dan dalam interaksinya dengan masyarakat lokal. Studi empiris memperlihatkan bahwa kedua dimensi ini saling terkait satu sama lain, tetapi secara konseptual dan pertimbangan empiris keduanya dipisahkan (Ng dkk., 2017).

Pertimbangan pertama, faktor penentu kedua dimensi tersebut tidak sama. Adaptasi psikologis ditentukan oleh faktor kepribadian, kejadian kritis dalam hidup, dan dukungan sosial yang diperoleh, sedangkan adaptasi sosial budaya lebih dipengaruhi oleh faktor jarak budaya antara daerah atau negara asal dan budaya tujuan, durasi penempatan, pengetahuan dan kompetensi antar budaya, serta kontak dengan budaya tujuan (Ng dkk., 2017). Alasan lain memisahkan kedua dimensi ini adalah pendekatan untuk memahami kedua dimensi tersebut, di mana adaptasi sosial budaya cenderung berfokus pada kerangka pembelajaran budaya atau keterampilan sosial, sedangkan adaptasi psikologis lebih mudah dianalisis lewat pendekatan stres dan psikopatologis.

Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan sumber bermakna dalam menghadapi peristiwa sulit dalam hidup, serta menjaga kesehatan fisik dan mental yang baik. Dukungan sosial memberikan fungsi emosional, informasi, instrumental (seperti finansial), dan evaluasi (Widihapsari & Susilawati, 2018). Berdasarkan sumber pemberi dukungan sosial, maka seorang mahasiswa perantau dapat memperolehnya dari keluarga (Winefield dkk., 1992), teman (Rufaida & Kustanti, 2017), dan kampus (Lee dkk., 2018). Teman bagi seorang mahasiswa perantau dapat dikategorikan menjadi sesama perantau yang kesehariannya ada bersama mereka di asrama maupun teman baru dari lokal.

Dukungan sosial memiliki beberapa dampak bagi mahasiswa perantau. Dari segi fisik, individu yang mendapatkan dukungan sosial memadai cenderung lebih sehat, baik dari pilihan aktivitas, makanan, maupun jauh dari kebiasaan hidup tidak sehat, seperti merokok (Yoshida dkk., 2018). Dari sisi psikologis, mereka juga tidak rentan terhadap stres akulturasi (Ra & Trusty, 2017). Dukungan sosial yang memadai pada mahasiswa akan membangun keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan perkuliahan (Widihapsari & Susilawati, 2018). Mereka yang mendapatkan dukungan akan lebih terdorong dan terbekali modal untuk menyelesaikan tantangan studi (Hasibuan dkk., 2018). Penelitian dari Harijanto dan Setiawan (2017) menunjukkan bahwa mahasiswa perantau dari luar Surabaya yang mendapatkan dukungan sosial, informasi, dan emosional memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak mendapatkannya. Widihapsari dan Susilawati (2018) juga menyatakan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu prediktor kuat terhadap penyesuaian diri mahasiswa yang kuliah ke Bali.

Studi sejauh ini memperlihatkan kontribusi dari dukungan sosial pada adaptasi mahasiswa di lingkungan barunya. Namun, *bagaimanakah peran universitas berasrama dengan dukungan sosialnya untuk membantu keberhasilan studi mahasiswa perantau dalam adaptasi lintas budaya*

mahasiswa perantau? Penelitian ini secara spesifik berfokus pada penyesuaian mahasiswa perantau yang berasal dari berbagai daerah di luar Jakarta yang berdomisili di asrama universitas dengan hipotesis: *Terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau di asrama universitas di Jakarta.*

METODE

Partisipan

Partisipan penelitian ini berjumlah 105 orang yang terdiri dari 31 mahasiswa dan 74 mahasiswi ($n = 105$) perantau dari luar Jakarta yang berkuliah dan tinggal di asrama di universitas di Jakarta. Rata-rata usia partisipan adalah 20 tahun, dan sebagian besar sedang berkuliah di semester ke-4 (63%). Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik aksidental dan *snowball*, di mana peneliti menghubungi mahasiswa asrama yang ditemui dan diminta untuk diperkenalkan dengan temannya yang memenuhi kriteria.

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel penelitian terdiri dari dukungan sosial dan adaptasi lintas budaya.

Prosedur

Penelitian dilakukan dengan penyebaran kuesioner dari Juni hingga Juli 2020 yang berlangsung secara daring karena pandemi COVID-19. Akibat kasus COVID-19 yang tinggi, proses belajar mengajar sesuai kebijakan pemerintah berlangsung secara daring, sehingga memungkinkan mahasiswa perantau mengaksesnya dari kediaman masing-masing tanpa harus berada di asrama kampus. Mereka sudah beberapa bulan meninggalkan asrama ketika penelitian ini berlangsung. Mengingat penelitian ini berfokus pada dukungan sosial yang dipersepsikan, maka boleh jadi terdapat implikasinya pada hasil penelitian sebagaimana yang akan di bahas dalam diskusi di bagian akhir.

Instrumen

Pengukuran adaptasi lintas budaya menggunakan instrumen bernama AL-C-HK yang dikembangkan oleh Chan (2001, dalam Lian & Tsang, 2010) yang diadaptasi ke dalam konteks Indonesia, dengan penyesuaian keterangan tempat Hong Kong atau China menjadi Jakarta. AL-C-

HK berfokus pada dua aspek adaptasi, yakni sosio-kultural dan psikologis yang mengukur hasil evaluasi individu terhadap adaptasi sosial, budaya dan psikologisnya di lingkungan baru. Skala ini terdiri dari 45 butir yang terdiri dari 20 butir mengukur adaptasi psikologis ($\alpha = .765$) dan 25 butir lainnya mengukur adaptasi sosial budaya ($\alpha = .766$). Skala AL-C-HK memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar .856 untuk keseluruhan alat ukur dan menggunakan skala *Likert* dengan rentang angka 1-5 (1 = “Sangat Tidak Sesuai”; 5 = “Sangat Sesuai”).

Pengukuran variabel dukungan sosial menggunakan Skala *Multi-Dimensional Support Scale* dari Winefield dkk. (1992). Skala ini mengukur dukungan sosial berdasarkan sumbernya, yakni: dari a). keluarga (ayah, ibu, pasangan, dan anggota keluarga dekat lainnya) berjumlah lima butir ($\alpha = .639$); b). teman sesama perantau berjumlah lima butir ($\alpha = .477$); c). teman baru di Jakarta berjumlah lima butir ($\alpha = .359$); dan d). universitas/kampus (dosen, mahasiswa senior, dan pengelola asrama/kampus) berjumlah lima butir ($\alpha = .785$). Adapun, Skala *Multi-Dimensional Support Scale* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar .732 untuk keseluruhan alat ukur dan menggunakan skala *Likert* dengan rentang angka 1-5 (1 = “Tidak Pernah”; 5 = “Sangat Sering”).

Teknik Analisis

Analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan program SPSS 25.0. Sebelum analisis data regresi, maka dilakukan uji asumsi untuk kemungkinan generalisasi hasil penelitian. Uji normalitas data dengan *Kolmogorov-Smirnov* memperlihatkan nilai p sebesar .082 (di atas .05), yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara distribusi data penelitian dengan data normal baku. Dengan kata lain, data terdistribusi normal. Uji multikolinearitas menunjukkan tidak terdapat hubungan linear antar variabel ($VIF < 10$; *toleransi* $> .1$), yang berarti tidak terjadi multikolinearitas. Uji heteroskedastisitas signifikan ($p > .05$) yang menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas dengan pengertian data memiliki pola acak, di mana data residual cenderung konstan dan memiliki *variance* yang persebarannya cenderung setara. Dengan demikian, analisis regresi untuk uji hipotesis dapat dilakukan.

HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa perantau (81%) mempersepsikan dukungan sosial dengan kategori sedang ke arah tinggi (skor terentang dari 20-100; $M = 69.7$; $SD = 8.195$). Sementara itu, adaptasi lintas budaya sebagian besar mahasiswa perantau juga berada dalam kategori sedang ke arah tinggi (skor terentang dari 45-225; $M = 152.86$; $SD = 19.21$). Hasil uji hipotesis dengan regresi sederhana menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau, $R^2 = .148$; $F = 5.559$; $df = 1$; $SE = .225$; $\beta = .226$; $p < .05$. Ini menandakan bahwa dukungan sosial menjelaskan 15% dari adaptasi lintas budaya, sementara itu sebagian besar lainnya (85%) oleh variabel lain.

Uji regresi berganda untuk mengidentifikasi sumber dukungan (keluarga, teman seperantauan di asrama, teman lokal asal Jakarta, dan universitas) yang signifikan berkontribusi terhadap adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau memperlihatkan bermaknanya dukungan keluarga, $\beta = .268$; $p < .01$, dan dukungan teman lokal asal Jakarta, $\beta = .203$; $p < .05$, serta dukungan universitas dengan arah negatif, $\beta = -.211$; $p < .05$. Teman seperantauan tidak memiliki peranan yang signifikan dalam penyesuaian terhadap lingkungan baru. Hasil uji regresi dari penelitian tercantum pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1.
Hasil Uji Regresi terhadap Adaptasi Lintas Budaya

Variabel	B	SE B	β	t	Sig.	VIF
Konstan	106.17	15.984		6.643	.000	
D. Keluarga	1.476	.546	.268*	2.702	.008	1.158
D.Teman Rantau	.637	.649	.100	.983	.328	1.222
D.Teman Jakarta	1.354	.650	.203**	2.082	.040	1.114
D. Universitas	-1.020	.492	-.211**	-2.075	.041	1.210

Catatan: * = Signifikan pada level .01; ** = Hasil uji regresi signifikan pada level .05

DISKUSI

Arti peran penting dukungan sosial bagi mahasiswa perantau di dalam beradaptasi terhadap lingkungan baru di Jakarta terkonfirmasi dalam studi ini. Kehadiran figur atau kelompok yang dipandang sebagai salah satu faktor signifikan ini memungkinkan individu mengolah pengalaman lintas budayanya atau memberikan pencerahan atas apa yang terjadi, sehingga mahasiswa perantau tidak terjebak dalam kebingungan berkepanjangan atas situasi baru yang dijumpainya di Jakarta.

Dukungan sosial yang tepat akan menentukan kenyamanan dan harapan mahasiswa perantau untuk sukses, baik dalam studi di kampus maupun dalam kehidupan kesehariannya di ibu kota. Bantuan ini akan menolong mahasiswa perantau melewati berbagai tantangan dalam fase transisinya, baik dalam konteks belajar, yaitu peralihan dari lingkungan SMA ke perguruan tinggi maupun peralihan dari lingkungan hidup budaya asal ke budaya baru (Mahmood & Burke, 2018). Besar kecilnya dukungan tersebut akan berpengaruh terhadap prestasi akademik dan motivasi mahasiswa perantau untuk belajar budaya baru (Ng dkk., 2017).

Dari berbagai sumber dukungan sosial yang ada, ditemukan signifikansi dari dukungan keluarga dan teman baru di Jakarta terhadap adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau. Keluarga memfasilitasi studi dengan dukungan konkret, seperti pembiayaan dan menyediakan diri untuk mendengarkan keluh-kesah mahasiswa perantau di tempat barunya, di mana hal ini menjadi sebuah dukungan emosional yang bermakna dalam mereduksi stres akulturatif. Hal ini sejalan dengan studi Prasetio dkk. (2020) terhadap mahasiswa daerah yang berkuliah di Bandung, di mana keluarga adalah orang-orang bermakna di rumah yang memberikan kekuatan ketika mereka sedang menghadapi kesepian. Kemudian, keluarga menjadi pengingat bahwa mereka tidak sendirian dan rumah sebagai tempat mereka untuk kembali. Rumah merupakan tempat yang memungkinkan individu bertindak autentik, apa adanya, tanpa harus menjaga tindak tanduk atau berpura-pura karena di sini anak merasa diterima apa adanya (Prasetio dkk., 2020). Studi pada mahasiswa internasional di Jepang juga memperlihatkan hasil yang selaras, di mana keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang signifikan (Ye, 2018).

Teman baru di Jakarta juga berperan signifikan dalam adaptasi mahasiswa perantau di lingkungan baru mereka di Jakarta, terutama dalam bentuk pemberian dukungan emosional, seperti penerimaan terhadap kehadiran mahasiswa perantau, sehingga muncul rasa nyaman dan tidak merasa ditinggalkan. Penerimaan ini sangat penting karena mendorong terjadinya integrasi dengan budaya lokal dan pada gilirannya memengaruhi adaptasi sosial budaya mahasiswa perantau, yang tentu saja berdampak juga pada adaptasi psikologisnya (Brisset dkk., 2010). Berartinya peran mahasiswa dan lingkungan sosial lokal juga ditemukan dalam penelitian Rufaida dan Kustanti (2017), di mana penerimaan mahasiswa lokal terhadap kehadiran mahasiswa perantau berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa perantau terhadap kehidupan kampus, dan tentu saja akhirnya pada kelancaran studi. Interaksi yang positif dengan lingkaran dari masyarakat lokal nantinya akan ditransfer ke adaptasi di lingkungan kampus (Mulyana & Rakhmat, 2005).

Asrama universitas dengan program kegiatannya yang diasumsikan merupakan salah satu sumber dukungan sosial ternyata berkontribusi signifikan negatif terhadap adaptasi mahasiswa perantau. Pemberian informasi ataupun sarana berkegiatan diterima oleh mahasiswa perantau bukan sebagai dukungan, bahkan dipersepsikan sebagai sesuatu yang bermakna sebaliknya, tidak memfasilitasi untuk adaptasi psikologis dan sosial budaya mereka. Program kepada penghuni asrama universitas di sini tampaknya justru tidak produktif untuk adaptasi mahasiswa perantau ke dalam kehidupan di Jakarta. Oleh pihak pengelola dipersepsikan sebagai kebutuhan, tetapi mahasiswa perantau sendiri menilainya bukan kebutuhan esensial untuk memungkinkan mereka merasa nyaman dan diterima di lingkungan barunya. Dalam pandangan Glazer (2006), dukungan sosial dari hierarki atau pejabat berwenang, seperti dosen maupun pengelola kampus, justru berpotensi menurunkan derajat adaptasi. Dukungan sosial yang tepat dan merespons kebutuhan akan dipersepsikan memfasilitasi, tetapi pemberian bantuan yang tidak tepat justru akan menyebabkan individu merasa malu di lingkungan sosialnya, dipandang tidak mampu, dan bergantung. Dengan status sebagai mahasiswa yang ingin terbebas dari berbagai kegiatan ‘wajib’, maka adanya berbagai kegiatan di asrama boleh jadi memunculkan persepsi sebagai pribadi yang tidak otonom, masih harus diawasi sebagaimana siswa pada jenjang pendidikan lebih bawah. Lebih dari itu, dukungan dari kampus lebih berasosiasi dengan pencapaian akademik, bukan adaptasi sosial budaya (Tomás dkk., 2020). Penilaian demikian ini boleh jadi menyebabkan mahasiswa kurang menanggapi tawaran program konsultasi untuk berbagai permasalahan yang dialaminya, dan sebaliknya menilai program tersebut secara negatif.

Masa pandemi COVID-19 dengan pembelajaran secara daring yang dapat diakses dari rumah juga memberikan kontribusinya sendiri dalam isu adaptasi lintas budaya. Berada kembali di rumah dengan kenyamanannya bersama keluarga maupun lingkungan sosial yang sangat dikenalnya membuat rumah semakin terasa kebermaknaannya. Pada saat yang bersamaan, kehidupan kampus menjadi kurang relevan dan kontribusinya untuk mahasiswa perantau juga semakin kecil. Sebagian besar subjek penelitian yang berkuliah di semester keempat tentu sudah melewati berbagai tantangan dengan kebutuhannya masing-masing untuk adaptasi budaya. Tingginya adaptasi budaya dan dukungan sosial dalam penelitian ini adalah potret kondisi saat ini, yaitu hasil kumulatif dari perjalanan sebagian besar mahasiswa perantau selama dua tahun berada di Jakarta. Boleh jadi pada setiap fasenya, masing-masing sumber dukungan sosial memainkan perannya tersendiri. Misalnya, peran universitas dengan berbagai informasinya terkait studi maupun penyediaan sarana beraktivitas sangat besar di awal semester, tetapi dari waktu ke waktu kebutuhan berubah dan dibutuhkan

dukungan sosial bentuk lainnya, sebagaimana studi Rahayu dan Arianti (2020) terkait penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi. Dengan demikian, pengaruh negatif dukungan sosial dari universitas yang dihasilkan dari penelitian ini perlu dipahami secara saksama dan dikaji lebih jauh.

Penelitian ini memperlihatkan dukungan teman seperantauan tidak signifikan untuk adaptasi lintas budaya. Sebagai sesama perantau, kebutuhan akan penerimaan tidaklah pada rekan seperjuangan di budaya baru, tetapi pada teman lokal yang menjadi tuan rumah. Studi akulturasi dari budaya nasional berbeda memperlihatkan pentingnya peranan tuan rumah (*host culture*) dalam memfasilitasi adaptasi sosial budaya para pendatang (Berry, 2005). Mereka yang pindah dan bergulat dengan penyesuaian diri dalam budaya baru cenderung lebih cepat prosesnya dan merasakan penerimaan apabila tuan rumah bersikap lebih terbuka dan menerima. Teman sesama perantau tentu punya kontribusi, tetapi dalam penyesuaian lain, seperti penyelesaian studi, sebagaimana yang disampaikan di dalam penelitian Ye (2018) pada mahasiswa internasional di Jepang yang merasakan dukungan sosial yang lebih dominan dari teman senegara.

Penelitian ini memperlihatkan bahwa dukungan sosial menjelaskan hanya 15% dari adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau yang tinggal di asrama kampus, artinya terdapat variabel penjelas lainnya dengan jumlah sangat besar (85%) yang masih perlu dielaborasi lebih jauh. Selain variabel di luar dukungan sosial, beberapa hal terkait partisipan penelitian dapat menjadi penjelas yang sekaligus merupakan limitasi dari penelitian ini, yaitu: 1). mahasiswa sudah di semester ke-4 yang mungkin saja sudah selesai dengan berbagai isu permasalahan adaptasi lintas budaya yang terindikasi dari derajat adaptasi yang sedang ke arah tinggi; 2). kategori mahasiswa perantau menjadi satu tanpa memilah seberapa besar jarak budayanya dengan Jakarta; 3). pelaksanaan penelitian dilakukan di masa pandemi COVID-19 dengan pembelajaran secara daring dari kampung halaman masing-masing dan bukan asrama universitas sebagaimana desain penelitian ini; 4). adaptasi lintas budaya dari mahasiswa domestik memiliki dinamika yang berbeda dengan mahasiswa internasional; dan 5). bentuk dukungan sosial dari keluarga, termasuk finansial, yang juga ditentukan oleh kondisi sosial ekonomi keluarga masing-masing. Penelitian ini tidak mempertimbangkan status sosial ekonomi keluarga yang memiliki kontribusi pada mahasiswa perantau untuk bersosialisasi dengan gaya kebiasaan mahasiswa lokal yang gemar nongkrong di kafe. Penelitian Rodríguez dkk. (2017) memperlihatkan peranan status sosial ekonomi keluarga pada penyesuaian mahasiswa di tahun pertamanya di perguruan tinggi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial terhadap adaptasi lintas budaya mahasiswa perantau di asrama universitas di Jakarta. Secara masing-masing, penelitian ini menunjukkan signifikansi dari dukungan keluarga, teman lokal dan universitas, tetapi tidak signifikan dari teman seperantauan. Dukungan universitas bersifat negatif. Keempat sumber dukungan sosial secara bersama-sama memprediksi 15% dari adaptasi tersebut.

Penelitian mendatang dapat berfokus pada tema yang sama, yaitu dukungan sosial pada adaptasi lintas budaya. Namun, tidak hanya berfokus pada identifikasi sumber saja, melainkan juga bentuk dukungan sosial yang diberikan. Lebih dari itu, partisipan penelitian perlu lebih dispesifikan, misalnya terdapat kontrol terhadap status sosial ekonomi, sehingga dapat teridentifikasi hambatan untuk bersosialisasi yang menjadi ajang untuk adaptasi sosial budaya. Selain itu, fokus kepada mahasiswa tahun pertama yang tinggal di asrama, yang sejak tiba di Jakarta belum pernah kembali ke daerah asal. Studi mendatang juga perlu mengelompokkan mahasiswa perantau berdasarkan proksimitasnya terhadap destinasi tujuan merantau untuk dibandingkan tingkat kemudahan beradaptasinya.

Dalam konteks praktis, program di asrama bagi mahasiswa perantau perlu disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa. Mereka yang baru datang tentu memiliki kebutuhan yang berbeda dibandingkan apabila mereka sudah beberapa semester tinggal di sana. Jika diperlukan, mahasiswa perantau senior dapat dilibatkan dalam perancangan program untuk mahasiswa junior berdasarkan pengalaman mereka sendiri.

ASPEK ETIK STUDI

Pernyataan Etik

Seluruh prosedur yang dilakukan pada studi ini telah sesuai dengan Deklarasi Helsinki tahun 1964 dan segala adendumnya atau dengan standar etika yang relevan. Aspek etik dari studi ini telah diuji dan disetujui oleh Ketua Komisi Etika Penelitian Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya (nomor persetujuan: 0421/III/LPPM.PM.10.05/04/2020). Pernyataan kesediaan berpartisipasi dari seluruh partisipan telah diperoleh.

Konflik Kepentingan

Para penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan.

Ketersediaan Data

Data yang digunakan dalam studi ini tidak dapat diakses publik karena menyangkut perlindungan atas kerahasiaan data, sebagaimana disampaikan peneliti kepada subjek penelitian.

REFERENSI

- Badan Riset dan Inovasi Nasional. (2018, Agustus 17). *Kemenristekdikti umumkan peringkat 100 besar perguruan tinggi Indonesia non vokasi tahun 2018*. <https://www.brin.go.id/kemenristekdikti-umumkan-peringkat-100-besar-perguruan-tinggi-indonesia-non-vokasi-tahun-2018/>
- Basri, C. N., & Ridha, A. A. (2020). Gegar budaya dan motivasi belajar pada mahasiswa yang merantau di Kota Makassar. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(1), 1–14. <https://doi.org/10.20885/PSIKOLOGIKA.VOL25.ISS1.ART1>
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697–712. <https://doi.org/10.1016/J.IJINTREL.2005.07.013>
- Bozick, R. (2007). Making it through the first year of college: The role of students' economic resources, employment, and living arrangements. *Sociology of Education*, 80(3), 261–284. <https://doi.org/10.1177/003804070708000304>
- Brisset, C., Safdar, S., Lewis, J. R., & Sabatier, C. (2010). Psychological and sociocultural adaptation of university students in France: The case of Vietnamese international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 34(4), 413–426. <https://doi.org/10.1016/J.IJINTREL.2010.02.009>
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena culture shock (gegar budaya) pada mahasiswa perantauan di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1(1), 1–15. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/societas/article/viewFile/3946/3612>
- Glazer, S. (2006). Social support across cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 30(5), 605–622. <https://doi.org/10.1016/J.IJINTREL.2005.01.013>
- Gudykunst, W. B., & Mody, B. (2002). *Handbook of international and intercultural communication* (2nd ed., Vol. 2). Sage Publications.
- Harijanto, J., & Setiawan, J. L. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Surabaya. *Psychopreneur Journal*, 1(1), 85–93. <https://doi.org/10.37715/PSY.V1I1.361>
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, H. F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101–116. <https://doi.org/10.21580/PJPP.V3I1.2214>

- Jackson, M., Ray, S., & Bybell, D. (2013). International students in the U.S.: Social and psychological Adjustment. *Journal of International Students*, 3(1), 17–28. <https://doi.org/10.32674/JIS.V3I1.515>
- Kaihatu, T. S., Spence, M. T., Kasim, A., Gde Satrya, I. D., & Budidharmanto, L. P. (2021). Millennials' predisposition toward ecotourism: The influence of universalism value, horizontal collectivism and user generated content. *Journal of Ecotourism*, 20(2), 145-164. <https://doi.org/10.1080/14724049.2020.1795183>
- Lee, C., Sung, Y.-T., Zhou, Y., & Lee, S. (2018). The relationships between the seriousness of leisure activities, social support and school adaptation among Asian international students in the U.S. *Leisure Studies*, 37(2), 197–210. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02614367.2017.1339289>
- Lian, Y., & Tsang, K. (2010). The impacts of acculturation strategies and social support on the cross-cultural adaptation of Mainland Chinese students in Hong Kong. *Educational Research Journal*, 25(1), 81–102. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2017.04.012>
- Mahmood, H., & Burke, M. G. (2018). Analysis of acculturative stress and sociocultural adaptation among international students at a non-metropolitan university. *Journal of International Students*, 8(1), 284-307. <https://doi.org/10.32674/jis.v8i1.166>
- Mesidor, J. K., & Sly, K. F. (2016). Factors that contribute to the adjustment of international students. *Journal of International Students*, 6(1), 262–282. <https://doi.org/10.32674/JIS.V6I1.569>
- Mulyana, D., & Rakhmat, J. (2005). *Komunikasi antarbudaya: Panduan berkomunikasi dengan orang-orang berbeda budaya* (Cet. 9). PT Remaja Rosdakarya.
- Ng, T. K., Wang, K. W. C., & Chan, W. (2017). Acculturation and cross-cultural adaptation: The moderating role of social support. *International Journal of Intercultural Relations*, 59, 19–30. <https://doi.org/10.1016/J.IJINTREL.2017.04.012>
- Panggabean, H., Tjitra, H., & Murniati, J. (2014). *Kearifan lokal, keunggulan global*. Elex Komputindo.
- Pramudiana, I. D., & Setyorini, T. D. (2019). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian sosial siswa Papua di Magelang. *Praxis: Jurnal Sains, Teknologi, Masyarakat Dan Jejaring*, 1(2), 125–138. <https://doi.org/10.24167/PRAXIS.V1I2.1631>
- Prasetio, C. E., Sirait, E. G. N., & Hanafitri, A. (2020). Rumah, tempat kembali: Pemaknaan rumah pada mahasiswa rantau. *MEDIAPSI*, 6(2), 132–144. <https://doi.org/10.21776/UB.MPS.2020.006.02.7>

- Ra, Y.-A., & Trusty, J. (2017). Impact of social support and coping on acculturation and acculturative stress of East Asian international students. *Journal of Multicultural Counseling and Development, 45*(4), 276–291. <https://doi.org/10.1002/JMCD.12078>
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi: Studi pada mahasiswa fakultas psikologi UKSW. *Journal of Psychological Science and Profession, 4*(2), 73–84. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rodríguez, M. S., Tinajero, C., & Páramo, M. F. (2017). Pre-entry characteristics, perceived social support, adjustment and academic achievement in first-year Spanish University students: A path model. *The Journal of Psychology, 151*(8), 722–738. <https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1372351>
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati, 7*(3), 217–222. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19751>
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat, 4*(1), 96–106. <https://doi.org/10.24854/JPU12017-82>
- Shafaei, A., & Razak, N. A. (2018). What matters most: Importance-performance matrix analysis of the factors influencing international postgraduate students' psychological and sociocultural adaptations. *Quality and Quantity, 52*(1), 37–56. <https://doi.org/10.1007/S11135-016-0418-Y>
- Shafira, F., & Lestari, R. (2015). *Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau* [Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. UMS Library. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/37380>
- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived social support, school adaptation and adolescents' subjective well-being. *Child Indicators Research, 13*(8), 1–21. <https://doi.org/10.1007/S12187-020-09717-9>
- Utari, R., Sutapa, M., & Rahmawati, T. (2014). Pembentukan iklim sosial-akademik di asrama mahasiswa. *Jurnal Penelitian Humaniora, 19*(1), 12–13. <https://doi.org/10.21831/hum.v19i1.3508>
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The psychology of culture shock* (1st ed.). Routledge.
- Widihapsari, I. A. G. K., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru Universitas Udayana yang berasal dari luar

Pulau Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(01), 48–62.
<https://doi.org/10.24843/JPU.2018.V05.I01.P05>

Wijanarko, E., & Syafiq, M. (2013). Studi fenomenologi pengalaman penyesuaian diri mahasiswa Papua di Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3(2), 79–92.
<https://doi.org/10.26740/JPTT.V3N2.P79-92>

Wilson, J., Ward, C., Fetvadjev, V. H., & Bethel, A. (2017). Measuring cultural competencies: The development and validation of a revised measure of sociocultural adaptation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 48(10), 1475–1506.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0022022117732721>

Winata, A. (2014). *Adaptasi sosial mahasiswa rantau dalam mencapai prestasi akademik (Studi pada mahasiswa Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial angkatan 2008 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Bengkulu di Kelurahan Kandang Limun Kota Bengkulu)* [Undergraduate thesis, Universitas Bengkulu]. UNIB Scholar Repository.
<http://repository.unib.ac.id/id/eprint/9181>

Winefield, H. R., Winefield, A. H., & Tiggemann, M. (1992). Social support and psychological well-being in young adults: The multi-dimensional support scale. *Journal of Personality Assessment*, 58(1), 198–210. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA5801_17

Ye, S. (2018). Trust, social support and adaptation: A study of international students in Japan. *International Journal of Culture and History*, 4(2), 13–18.
<https://doi.org/10.18178/IJCH.2018.4.2.115>

Yoshida, Y., Broyles, S., Scribner, R., Chen, L., Phillippi, S., Jackson-Thompson, J., Simoes, E. J., & Tseng, T.-S. (2018). Social support modifies the negative effects of acculturation on obesity and central obesity in Mexican men. *Ethnicity & Health*, 25(8), 1–12.
<https://doi.org/10.1080/13557858.2018.1492708>

Yu, B., Bodycott, P., & Mak, A. S. (2019). Language and interpersonal resource predictors of psychological and sociocultural adaptation: International students in Hong Kong. *Journal of Studies in International Education*, 23(5), 572–588.
<https://doi.org/10.1177/1028315318825336>