



Jurnal Bimbingan & Konseling: Jurnal Kajian Bimbingan & Konseling
Volume 2 Nomor 2 Januari/Juli 2025. Hal 109-116
p-ISSN: - e- ISSN: -3047-1427
Homepage: [https://ojs.untika.ac.id/index.php/sellan:](https://ojs.untika.ac.id/index.php/sellan)
<https://10.53090/sellan.v2i2.1022>

Culture Shock, Adaptasi, dan Kondisi Perantau Sebagai Kelompok Minoritas

Ahmad Jajang Jajuli¹,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa, Indonesia

jjgajajuli@gmail.com,

Della Danita Rahmi²,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa, Indonesia

delladanitarahmi31@gmail.com,

Eti Fatmawati³,

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa, Indonesia

etifatmawati69@gmail.com

Faisal Yuda Pratama⁴

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa, Indonesia

faisalyudapratama67@gmail.com

Abstrak. Budaya adalah bagian penting dalam kehidupan manusia yang membentuk cara pandang, kebiasaan, dan interaksi sosial seseorang. Namun, ketika seseorang berpindah ke wilayah dengan budaya yang berbeda, proses penyesuaian diri tidak selalu berjalan mudah. Artikel ini membahas fenomena culture shock dan adaptasi yang dialami oleh perantau asal Makassar yang tinggal di Pulau Jawa. Di tengah perbedaan bahasa, norma, dan kebiasaan sosial, perantau dihadapkan pada tantangan mental dan emosional yang nyata. Melalui studi kualitatif dan wawancara mendalam, artikel ini menggambarkan pengalaman pribadi perantau dalam menghadapi tekanan sosial dan upaya adaptasi yang dilakukan untuk bertahan di lingkungan baru. Dalam prosesnya, perantau berusaha menurunkan nada bicaranya, memahami budaya sopan santun setempat, serta tetap memegang teguh nilai-nilai seperti *siri na pacce* sebagai pegangan hidup. Perubahan perilaku, kemampuan bersosialisasi, hingga keterampilan kerja menjadi indikator keberhasilan adaptasi tersebut. Tidak hanya itu, artikel ini menyoroti pentingnya dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat sekitar sebagai fondasi utama dalam menghadapi gegar budaya. Perasaan tidak sendiri dan adanya ‘someone to talk’ berperan besar dalam menjaga kesehatan mental dan motivasi perantau. Melalui cerita yang diangkat, artikel ini ingin memberi wawasan bahwa di balik kerasnya perjuangan merantau, ada proses pembentukan diri dan kekuatan adaptif yang luar biasa.

Kata Kunci: culture shock, adaptasi, perantau, minoritas, dukungan sosial

Abstract. Culture is an essential aspect of human life that shapes perspectives, habits, and social interactions. However, when individuals move to regions with different cultural backgrounds, the adjustment process is not always easy. This article explores the phenomenon of culture shock and adaptation experienced by migrants from Makassar living on the island of Java. Amid differences in language, norms, and social customs, these migrants face significant mental and emotional challenges. Through qualitative studies and in-depth interviews, this article illustrates the personal experiences of

migrants in coping with social pressures and their efforts to adapt and survive in a new environment. In the process, migrants strive to lower their tone of speech, understand local etiquette, and uphold core values such as *siri na pacce* as guiding principles. Behavioral changes, social skills, and work competencies serve as indicators of successful adaptation. Furthermore, the article highlights the importance of social support from family, friends, and the surrounding community as a crucial foundation in overcoming culture shock. The feeling of not being alone and having 'someone to talk to' plays a significant role in maintaining the migrants' mental health and motivation. Through these stories, the article aims to provide insights that behind the struggles of migration, there is a remarkable process of self-formation and adaptive strength.

Keywords: culture shock, adaptation, migrants, minority, social support

A. PENDAHULUAN

Indonesia memiliki ribuan pulau dari sabang sampai merauke. Masing-masing pulau tersebut memiliki budaya, ekonomi, cara hidup, dan aspek lainnya yang unik. Dari ribuan pulau di Indonesia, lima yang terbesar adalah Sumatera, Kalimantan, Sulawesi, Jawa, dan Papua. (Pebrian Diandra et al., 2024). Meski terdapat berbagai macam perbedaan, namun manusia sebagai makhluk sosial pastinya akan berinteraksi dengan orang lain. Padahal untuk memasuki, memahami serta berinteraksi dengan lingkungan dari budaya lingkungan masyarakat baru yang berbeda merupakan hal yang tidak mudah. Banyak berbagai alasan yang membuat seseorang berpergian atau berpindah tempat, misalnya karena pekerjaan, wisata dan juga menempuh pendidikan. (Nugroho, A., & Mareza, L. n.d.)

Pada tahap awal kehidupannya di tempat rantauan ia akan mengalami problem ketidaknyamanan terhadap lingkungan barunya yang kemudian akan berpengaruh baik secara fisik maupun emosional sebagai reaksi ketika berpindah dan hidup dengan lingkungan baru terutama yang memiliki kondisi budaya berbeda. Budaya yang baru dapat berpotensi menimbulkan tekanan, karena memahami dan menerima nilai-nilai budaya lain bukanlah hal yang instan serta menjadi sesuatu hal yang tidak dapat sepenuhnya berjalan dengan mudah. (Devinta et al., n.d.) Fenomena ini sering disebut shock budaya, atau gegar budaya, dalam bahasa Indonesia. Seseorang mengalami shock budaya selama proses menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. (Dewi & Setyanto, n.d.)

Culture shock atau dalam Bahasa Indonesia disebut gegar budaya adalah istilah psikologi untuk menggambarkan keadaan atau perasaan seseorang dalam menghadapi kondisi lingkungan sosial dan budaya yang berbeda (Devinta, 2016). Culture shock biasanya mempengaruhi pembentukan karakter seseorang menjadi tekanan mental dan menderita stres serta ketidaknyamanan dalam bersikap atau berbicara (Oriza dkk, 2016). Hal ini disebabkan lingkungan baru dan budaya baru yang berbeda dengan budaya di daerah asal (Mahdar et al., 2024).

Gegar budaya adalah reaksi awal yang terjadi ketika seseorang dimasukkan ke dalam lingkungan yang asing dan tidak terbiasa. Hal ini dialami oleh Perantau yang merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan budaya baru (Rizqi & Amalia, 2024). Sehingga perlu dilakukan pola dan strategi adaptasi yang dilakukan penduduk migran terhadap lingkungan sosial baru. Pola adaptasi yang dilakukan penduduk migran adalah menyesuaikan diri dan fleksibilitas di dalam lingkungan masyarakat, sehingga dapat menuju ke arah keseimbangan. (Analisa Sosiologi et al., n.d.). Adaptasi merupakan bentuk penyesuaian individu terhadap lingkungan baru. Adaptasi merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi, terutama ketika seseorang hidup dalam lingkungan yang baru dan butuh waktu dalam menyesuaikan diri ke dalam lingkungan baru tersebut (Pratiknjo & Sandiah, 2021).

Strategi adaptasi merupakan cara yang dilakukan oleh individu dalam rangka menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Strategi adaptasi ini sama dengan cara yang dilakukan oleh individu dalam proses

sosioalisasi yang menghasilkan konformitas (Ariyani, 2013) Konformitas merupakan bentuk interaksi yang di dalamnya seseorang berperilaku terhadap orang lain sesuai dengan harapan kelompok (Sunarto, 2004:175, Pederson, 1998, Philips, 2009, Parekh, 2002, Guibernau, 2010). Pada umumnya manusia cenderung bersifat konformis. Hal serupa juga dialami oleh perantau asal Makassar yang harus menyesuaikan diri dengan bahasa, kebiasaan sopan santun, dan norma sosial yang berlaku di wilayah Depok dan Cilegon, Jawa.

Pada tulisan ini, ada beberapa pokok permasalahan tentang *culture shock dan adaptasi* yang dialami oleh para perantau sebagai kelompok minoritas, khususnya dalam konteks interaksi mereka dengan lingkungan sosial dan budaya yang baru. Permasalahan tersebut mencakup kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan norma-norma budaya setempat, perasaan terasing, tekanan mental akibat perbedaan kebiasaan hidup, serta hambatan dalam berkomunikasi secara efektif. Selain itu, proses adaptasi yang tidak berjalan mulus juga menjadi tantangan utama yang dapat memengaruhi kondisi psikologis dan sosial perantau selama tinggal di daerah baru.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nurhadi, Mujiyanto, dan Angeline (2023), yang mengkaji komunikasi antarbudaya perantau dengan masyarakat lokal di Garut. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa perantau menghadapi hambatan komunikasi yang signifikan, seperti perbedaan bahasa, faktor fisik, dan perbedaan nilai-nilai sosial budaya. Hambatan-hambatan ini turut memengaruhi proses adaptasi mereka, menjadikan perantau lebih rentan mengalami kesulitan dalam membangun relasi sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. (Zikri et al., 2022)

B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode ini digunakan untuk menggambarkan pengalaman individu perantau dalam menghadapi culture shock dan strategi adaptasi yang dilakukan selama berada di

lingkungan baru. Subjek dalam penelitian ini Syahrul seorang perantau dari Makassar yang melakukan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di Depok dan saat ini tinggal di Cilegon menjadi Barista.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam (in-depth interview) dan observasi langsung terhadap perilaku narasumber dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial dan budaya yang berbeda. Menurut Moleong (2017), pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam dari perspektif subjek yang diteliti. Penelitian ini juga mengacu pada teori adaptasi yang dikemukakan oleh Parson (1951), yang menyatakan bahwa adaptasi adalah proses penyesuaian diri untuk memenuhi tuntutan lingkungan agar dapat bertahan hidup dan mencapai stabilitas. Strategi adaptasi yang diamati dalam penelitian ini merujuk pada pandangan Ariyani (2013), bahwa strategi adaptasi adalah proses konformitas individu terhadap lingkungan sosial barunya, yang mencakup kemampuan menyesuaikan bahasa, norma, dan kebiasaan lokal.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. *Culture shock* menjadi perantau di pulau jawa

Aspek	Keterangan
<i>Culture shock</i>	Ketika saya berada di sini, saya perlu menyesuaikan diri dengan nada bahasa setempat. Kebanyakan orang di sini berasal dari suku Sunda dan suku Jawa yang nadanya rendah ketika berbicara. Sedangkan saya berasal dari Makassar yang nada bicaranya tinggi. Awalnya saya sering dikira marah ketika berbicara padahal sehari-hari di Makassar memang seperti itu nadanya dan saya sedang tidak marah saat itu.
	Saya datang ke Depok untuk PKL (Praktik Kerja Lapangan),

<i>Culture shock</i>	saya agak kaget dilingkungan tempat saya PKL budaya sopan santun agak jarang digunakan. Kami sebagai orang Makassar masih mempertahankan budaya <i>Tabe</i> (sopan santun) kepada orang yang lebih tua terutama ketika lewat di hadapannya. Saya melihat di sini anak muda biasa saja sikapnya ketika lewat di depan orang yang lebih tua.
----------------------	--

Syahrul adalah narasumber yang kami teliti saat ini. Ia berusia 19 tahun dan berasal dari Makassar. Saat ini ia tinggal dan bekerja di Cilegon. Pengalaman merantau pertama kali yaitu saat ia kelas XI tahun 2023 saat ia PKL (Praktik Kerja Lapangan) di Depok. Di pulau Jawa Syahrul tidak memiliki saudara dan keluarga.

Menurut Lewis dan Slade 1994, terdapat tiga aspek yang menjadi suatu permasalahan akibat budaya yang berbeda yaitu bahasa, perbedaan nilai, dan perbedaan perilaku masyarakat. Problem atau masalah yang dihadapi narasumber yaitu bahasa dan perbedaan nilai. Hal tersebut yang dialami narasumber dan perlu dipecahkan permasalahannya.

Saat pertama kali merantau ke Depok, pengaruh bahasa sangat dirasakan narasumber. Orang-orang di lingkungan narasumber menggunakan bahasa Indonesia dengan nada cenderung rendah. Berbeda halnya dengan narasumber ketika berbicara nadanya cenderung tinggi meski sedang tidak marah. Reaksi orang-orang di sekitar narasumber menyangka bahwa ia sedang marah dan juga karena nada bicara tersebut ada yang menilainya sebagai pribadi yang sombong. Padahal narasumber merasa nada bicaranya normal dan biasa-biasa saja karena di Makassar tidak ada yang menganggapnya negatif terkait perkara tersebut.

Culture Shock yang kedua yaitu mengenai budaya sopan santun atau tata krama. Berdasarkan observasi narasumber di

lingkungan sekitar tempatnya PKL terkait budaya sopan santun terhadap orang tua yang tidak terlalu diperhatikan. Misalnya, narasumber melihat anak muda berjalan di depan orang tua tanpa membungkukan sedikit badannya dan tidak ada saling tegur sapa lalu terlihat budaya yang individualis. Study yang dilakukan Santoso (2022) bahwa budaya urban telah menggeser budaya lokal seperti gotong royong dan timbul sikap mendahulukan kepentingan pribadi dibanding komunitas. Narasumber merasa heran karena budaya sopan santun (*Tabe*) di lingkungannya berasal masih sering dijumpai dan narasumber sudah terbiasa membungkuk dan mengucapkan permissi ketika lewat di hadapan orang yang lebih tua.

Dalam mengatasi problem tersebut, narasumber perlu beradaptasi dengan lingkungan ia tinggal. Setelah melihat cara berbicara orang di sekitarnya yang bernada rendah, narasumber mempertimbangkan untuk menurunkan nada suaranya ketika berbicara agar tidak terjadi kesalahpahaman. Menurut Parson menjelaskan bahwa adaptasi sebagai sesuatu untuk melindungi dan alat bertahan di dalam lingkungan atau menyesuaikan tuntutan dalam lingkungan tersebut. Lalu yang kami perhatikan saat ini ketika melakukan wawancara dengan narasumber yaitu tampak sekali bahwa itu ia lakukan. Narasumber ketika kami wawancara menjawab pertanyaan kami dengan nada yang rendah. Jika saja logat Makassarnya hilang, hampir saja kami mengira narasumber berasal dari suku Sunda. Menurut pengakuannya, narasumber punya banyak teman dari suku Sunda ketika PKL di Depok dan bahkan beberapa kata dalam bahasa sunda ia mengerti dan bisa mengucapkannya karena sering berinteraksi dengan mereka.

Mengenai budaya sopan santun yang diperhatikan narasumber, ia berkeyakinan bahwa hal tersebut masih perlu untuk dilakukan. Jika narasumber mempertahankan budaya sopan santun maka tidak akan menyebabkan masalah malah

justru sebaliknya. Dengan menerapkan sopan santun dan tata krama lainnya yang relevan di lingkungan tempat merantau akan membuatnya disukai dan banyak teman akan menghampiri.

2. Dukungan Sosial Ketika di Perantauan

Aspek	Keterangan
Orang tua	Ketika saya lagi capek dan lelah yang menjadi pendukung saya yaitu orang tua, keluarga, dan saudara. Saya sering telpon mereka dan saya sering diingatkan untuk jangan menyerah di perantauan.
Teman	Banyak orang baik yang saya temui ketika saya di Depok dan sekarang di Cilegon. Bahkan sekarang saya tinggal di tempat teman saya. Dia baik sekali kepada saya dan suka membantu saya. Malah kadang saya merasa tidak enak merepotkan teman saya ini.
Orang di sekitar	Gak jarang saya mengajak ngobrol sama orang yang gak saya kenal. Ketika mereka tahu saya itu perantau dan tinggal sendirian saya selalu diberikan semangat oleh mereka.

Tinggal di perantauan bukan hal mudah untuk dilalui terlebih tidak ada sanak saudara di tempat tersebut. Kebutuhan dukungan sosial sangat penting untuk penyesuaian diri di lingkungan baru. Hasil penelitian oleh Harun Al-Rashid dan Achmad Chusairi menyimpulkan bahwa dukungan sosial dan penyesuaian diri memiliki hubungan yang positif sebesar 23,6% pada mahasiswa perantau di Universitas Airlangga (Rasyid et al., 2021). Narasumber menuturkan bahwa ketika ia merasa capek, sumpek, kangen untuk pulang cara

mengobatinya dengan menelpon keluarganya di Makassar. Narasumber akan bercerita mengenai perasaan yang dirasakannya kepada keluarganya. Orang tua dan saudaranya sangat suportif mendukung narasumber ketika menghadapi kesulitan dan mendukungnya agar tidak menyerah di perantauan.

Kemudian dukungan sosial juga ia peroleh dari teman dan orang di sekitarnya. Narasumber merasa dibantu dan diterima oleh teman temannya semasa hidup di perantauan terutama ketika mengalami masa sulit. Bahkan temannya menawarkan dirinya untuk tinggal di tempat temannya. Narasumber merasa bersyukur karena punya teman yang baik.

Dukungan sosial lain juga narasumber peroleh dengan cara mengajak berkomunikasi orang di sekitar. Tak jarang ia mengajak berkomunikasi orang di sekitarnya seperti tukang ojek, pedagang, untuk berbagi cerita dan pengalaman. Dengan mempunyai teman yang dapat diajak bercerita dapat mengurangi rasa cemas, depresi, dan depresi yang sering dialami Gen Z (Fadhilah et al., 2025)

3. Nilai yang Dipegang dan Harapan Selama di Perantauan

Aspek	Keterangan
Nilai	Nilai yang saya pegang kalau berasal dari suku saya yaitu <i>siri na pacce</i> artinya kita harus punya rasa malu dan rasa iba, pantang pulang sebelum sukses, dan saya selalu mengingat orang tua saya karena ingin membahagiakan mereka.
Harapan	...bisa memberi kiriman tiap bulannya ke orang tua meskipun tidak ada permintaan dari orang tua. Lalu di perantauan ini saya menjadi orang yang sukses.

Ketika hidup di lingkungan baru tentunya seseorang punya nilai-nilai yang dipegang. Nilai tersebut dapat berasal dari orang tua ataupun dari tempat kita berasal. Narasumber masih memegang nilai-nilai yang ia rasa relevan untuk kehidupannya sekarang seperti *siri na pacce* yaitu kita perlu punya rasa malu dan rasa iba kepada sesama. Sebagai perantau, narasumber merasa perlu punya rasa malu dan menjaga harga dirinya serta punya rasa simpati, rasa belas kasihan terhadap sesama.

Siri na pacce menjadi pegangan yang kuat dipegang oleh masyarakat Bugis. *Siri* yang berarti rasa malu dipandang lebih menonjol dorongannya daripada rasa takut bersalah dalam hal bertindak. Rasa malu terkait dengan harga diri, kehormatan yang dapat dikaitkan dengan masalah kesuksesan dalam pekerjaan ketika merantau. Segenap usaha akan dilakukan orang suku Bugis ketika di perantauan untuk mencapai kesuksesan. Mereka memilih berjuang dengan kepedihan dibandingkan harus pulang dalam keadaan gagal.

Bentuk *siri* yang diupayakan oleh narasumber saat ini terkait dengan memberi kiriman bulanan kepada orang tuanya. Meskipun ia tidak diminta orang tuanya tetapi hal tersebut adalah bakti sekaligus kewajiban yang ia rasa harus dilakukan. Narasumber selalu mengusahakannya meskipun kondisi ekonominya masih belum dikatakan sangat stabil.

4. Kondisi Diri Narasumber

Aspek	Keterangan
Psikologis	Kadang saya suka mikir berlebihan itu tentang finansial. Saya mengharuskan diri mengirim ke orangtua tiap bulannya dan saya juga merasa harus sukses. Itu sih yang sering saya pikirkan dan kadang mengganggu. Saya ngerasa masih belum mencapainya secara maksimal.
	Sifat saya ketika di Makassar itu seperti

Perkembangan Diri	orangnya itu pendiam, agak pemalu, sedikit keras kepala, dan saya sering begadang. Tetapi ketika saya merantau sifat saya itu diusahakan berubah. Misalnya sekarang itu lebih mampu bersosialisasi, tidur lebih teratur, dan berusaha berpikiran lebih terbuka.
Penilaian Diri	Saya merasa sekarang saya punya kelebihan diantaranya lebih mudah akrab dan gampang bersosialisasi dengan orang. Sementara kekurangan diri saya yang bisa ditingkatkan lagi seperti lebih peka menilai perasaan orang lain dan perlu sering-sering berbicara pake bahasa Indonesia karena kadang saya masih sulit menjelaskan sesuatu pake bahasa Indonesia.
<i>Skill</i> yang dikembangkan	Saya sekarang sedang mendalami belajar menjadi barista karena itu menjadi pekerjaan saya sekarang dan juga saya ingin bisa bahasa Jepang karena salah satu cita-cita saya itu bisa bekerja di Jepang.

Setiap orang punya tujuan dan cita-citanya masing-masing. Sebagai seorang perantau cita-cita narasumber yaitu membahagiakan orang tua salah satunya dengan cara memberikan kiriman tiap bulannya dan bercita-cita menjadi orang sukses. Motivasi tersebut membuat menjadi lebih bersemangat dalam beraktivitas. Namun, tuntutan yang berlebihan mengakibatkan seseorang menjadi tertekan. Kadang kala gara-gara memikirkan hal tersebut membuat narasumber tertekan karena mengharuskan diri untuk cepat-cepat meraih kesuksesan dan cita-citanya, padahal ia baru memulai perjalanannya.

Tak jarang juga tiap malam hal tersebut menjadi beban pikirannya sebelum tidur. Menurut Hoeksam (2020) ciri *overthinking* diantaranya menunjukkan tanda kecemasan, khawatir, berpikiran sesuatu secara berlebihan dan menghasilkan pikiran negatif

Menurut Prof. Koentjaraningrat (1990) ciri orang yang adaptif yaitu akan terdorong menyesuaikan diri di lingkungan baru, meninggalkan kebiasaan buruk, dan mengadopsi nilai-nilai yang baik. Dalam proses adaptasinya, narasumber mengemukakan bahwa saat ini ia berubah ke arah sikap yang lebih baik seperti lebih mampu bersosialisasi, tidur lebih teratur, dan berpikiran terbuka ketika sudah merantau. Kemudian ia juga menyadari kekurangannya dalam hal kepekaan sosial serta komunikasi dalam bahasa Indonesia. Narasumber juga ingin mendalami keterampilan meracik kopi karena ia sekarang bekerja sebagai barista serta ia bertekad untuk menguasai bahasa Jepang karena narasumber ingin suatu hari nanti bisa bekerja di Jepang.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa perantau sebagai kelompok minoritas menghadapi berbagai bentuk culture shock, seperti perbedaan bahasa, nada bicara, dan nilai-nilai sopan santun yang berlaku di lingkungan baru. Pengalaman tersebut menimbulkan ketidaknyamanan hingga kesalahpahaman dalam interaksi sosial. Namun, dengan strategi adaptasi seperti menyesuaikan nada bicara, memahami bahasa lokal, dan mempertahankan nilai budaya asal seperti *siri' na pacce*, perantau dapat berbaur dan diterima di lingkungan barunya. Selain itu, dukungan sosial dari orang tua, teman, dan masyarakat sekitar terbukti menjadi faktor penting dalam memperlancar proses adaptasi. Dukungan ini membantu perantau dalam menjaga kesehatan mental, mengurangi stres, dan meningkatkan rasa keterhubungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Analisa Sosiologi, J., Sabariman, H., Dzatadini Wahyudi, F., Halimatus Sadiyah, S., & Fawas Ramadhan, M. (n.d.). *510 Hoiril Sabariman, dkk. RASIONALITAS DAN*

ADAPTASI SOSIAL (STUDI KASUS PENDUDUK MIGRAN DI PERDESAAN MADURA).

Ariyani, N. I. (2013). *Komunitas 5 (1) (2013) : 26-37 STRATEGI ADAPTASI ORANG MINANG TERHADAP BAHASA, MAKANAN, DAN NORMA MASYARAKAT JAWA.* <http://journal.Unnes.ac.id/nju/index.php/komunitas>

Devinta, M., Hidayah, N., Grendi, D., & Uny, H. (n.d.). *Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta 1 FENOMENA CULTURE SHOCK (GEGAR BUDAYA) PADA MAHASISWA PERANTAUAN DI YOGYAKARTA.*

Dewi, M. P., & Setyanto, Y. (n.d.). *Melyana Putricia Dewi, Yugih Setyanto: Gegar Budaya pada Mahasiswa Perantauan terhadap Lingkungan Sekitar Gegar Budaya pada Mahasiswa Perantauan terhadap Lingkungan Sekitar.*

Fadhilah, A. N., Nur, M., Abdullah, A., Retsa, M., & Mujayapura, R. (2025). *SABANA (Sosiologi, Antropologi, dan Budaya Nusantara) PERAN INTERAKSI SOSIAL DALAM KESEJAHTERAAN MENTAL GEN Z: ANALISIS PENTINGNYA MEMILIKI "SOMEONE TO TALK."* 4(1), 117–122. <https://doi.org/10.55123/sabana.v4i1.5001>

Koentjaraningrat. (1990). *Pengantar Ilmu Antropologi.* Jakarta: Aksara Baru.

Lewis, R. D., & Slade, A. (1994). Cross-Cultural Communication: A Visual Approach. *European Journal of Literature, Language and Linguistics Studies*, 4(1), 7.

Mahdar, M., Satyadharma, M., Susanti, N., & Karamani, D. D. (2024). Komunikasi petugas dalam peningkatan layanan perizinan berusaha berbasis risiko (Dinas Perhubungan Provinsi Sulawesi Tenggara). *Jurnal Ilmu Administrasi dan Kebijakan Publik*, 6(1), 1–8.

- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Nurhadi, Z. F., Mujianto, H., & Angeline, A. F. (2022). Komunikasi Antar Budaya pada Perantau dengan Masyarakat Lokal di Garut. *Komunika: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 9(1), 29–41. <https://doi.org/10.22236/komunika.v9i1.7495>
- Oriza, V. D., Nuraeni, R., & Imran, A. I. (2016). Proses Adaptasi Dalam Menghadapi "Culture Shock" (Studi Deskriptif Terhadap Mahasiswa Perantau di Universitas Telkom).
- Parson, T. (1951). *The Social System*. Routledge.
- Pebrian Diandra, F., Hapsari, A. T., & Santoso, B. (2024). Fenomena Culture Shock pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 4(2), 557–565. <https://doi.org/10.47233/jkomdis.v4i2.1874>
- Nugroho, A., & Mareza, L. (n.d.). Perspektif, J., Jurnal, :, Sosiologi, K., Pendidikan, D., *Culture Shock Mahasiswa Rantau Sebagai Kelompok Minoritas*. 6, 2622–1748. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v6i2.789>
- Pratiknjo, M. H., & Sandiah, N. (2021). Strategi adaptasi mahasiswa perantauan asal Jakarta di Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Ilmu Sosial*, 14(3).
- Rasyid, H. AL, Chusairi, A., & Penelitian Psikologi dan Kesehatan, B. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Airlangga. In *Mental (BRPKM)* (Vol. 1, Issue 2). <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Rizqi, A., & Amalia, D. (2024). ADAPTATION OF MIGRANT TEENAGERS IN OVERCOMING CULTURE SHOCK BETWEEN JAVA AND MADURA (CASE STUDY OF STUDENTS WHO WORK AS BARISTAS IN BANGKALAN CITY) ADAPTASI REMAJA PERANTAU DALAM MENGATASI GEGAR BUDAYA ANTARA JAWA DAN MADURA (STUDI KASUS MAHASISWA YANG BEKERJA SEBAGAI BARISTA DI KOTA BANGKALAN) ARTICLE INFO ABSTRACT Correspondent. *Journal of Social and Economics Research*, 6(2). <https://idm.or.id/JSER/index>.
- Sunarto, K. (2004). *Pengantar Sosiologi*. Jakarta: Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia.
- Zikri, Z. F. N., Mujianto, H., & Angeline, A. F. (2022). Komunikasi Antar Budaya Pada Perantau dengan Masyarakat Lokal di Garut. *KOMUNIKA*, 9(1), 29–41. <https://doi.org/10.22236/komunika.v9i1.7495>