

**HUBUNGAN *CULTURE SHOCK* DENGAN *PSYCHOLOGICAL  
ADJUSTMENT* PADA SANTRIWATI PESANTREN  
AL-MANAR ACEH BESAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**QURRATA A'YUNI  
NIM. 210901133**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
1447H/2025M**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI**

**HUBUNGAN *CULTURE SHOCK* DENGAN *PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT* PADA SANTRIWATI PESANTREN AL-MANAR ACEH BESAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
UIN AR-Raniry Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

**Oleh:**

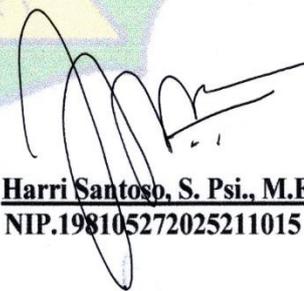
**QURRATA A'YUNI  
NIM. 210901133**

**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
**Jasmadi, S.Psi., MA., Psikolog**  
**NIP.197609122006041001**

  
**Harri Santoso, S. Psi., M.Ed**  
**NIP.198105272025211015**

**LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI**

**HUBUNGAN *CULTURE SHOCK* DENGAN *PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT* PADA SANTRIWATI PESANTREN AL-MANAR ACEH BESAR**

**SKRIPSI**

Telah Dinilai oleh Tim Munaqashay Skripsi  
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai  
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)

Diajukan oleh:

**QURRATA A'YUNI**  
**210901133**

Pada hari/Tanggal  
Selasa/ 29 Juli 2025

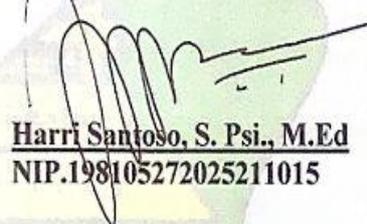
Tim Munaqasyah Skripsi

Ketua,



**Jasmadi, S.Psi., MA., Psikolog**  
**NIP.197609122006041001**

Sekretaris,



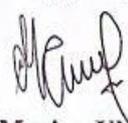
**Harri Santoso, S. Psi., M.Ed**  
**NIP.198105272025211015**

Penguji I,



**Cut Rizka Aliana, S. Psi., M. Si**  
**NIP.199010312019032014**

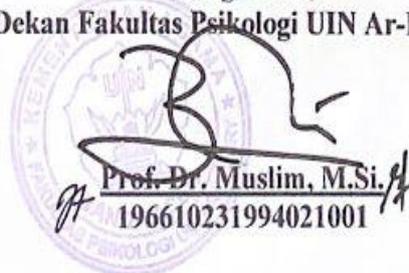
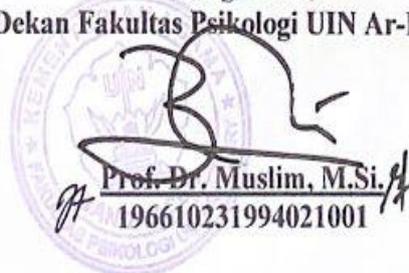
Penguji II,



**Marina Ulfah, S. Psi., M.Psi., Psikolog**  
**NIP.199011022019032024**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry



**Prof. Dr. Muslim, M.Si.**  
**196610231994021001**

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Qurrata A'yuni  
NIM : 210901133  
Jenjang : Strata Satu (S-1)  
Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 23 Juli 2025

Yang Menyatakan



  
Qurrata A'yuni  
NIM. 210901133

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, nikmat, serta kemudahan yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Culture Shock* dengan *Psychological Adjustment* Pada Santriwati Pesantren Al-Manar Aceh Besar” dengan baik dan lancar. Shalawat dan salam tak lupa peneliti sampaikan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat beliau. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi jenjang Sarjana (S1). Dalam proses penyelesaiannya, peneliti merasakan banyak kemudahan yang tentunya tidak terlepas dari doa, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi berharga.

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Almarhum ayahanda tercinta Mahdi, yang selalu hidup dalam ingatan dan hati penulis, terimakasih telah menjadi cahaya penuntun bagi penulis dan nilai-nilai yang beliau tanamkan tetap menjadi sumber kekuatan serta motivasi hingga saat ini, dan kepada Ibunda tercinta Darmawati, yang senantiasa dengan penuh kesabaran mendoakan, mendukung, dan memberikan semangat tanpa henti. Ucapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada seluruh keluarga tercinta, khususnya kepada abang Ziya dan adik Zalfa, yang telah memberikan doa dan dukungan yang tulus selama proses penyusunan skripsi ini. Selain itu, peneliti juga ingin

menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

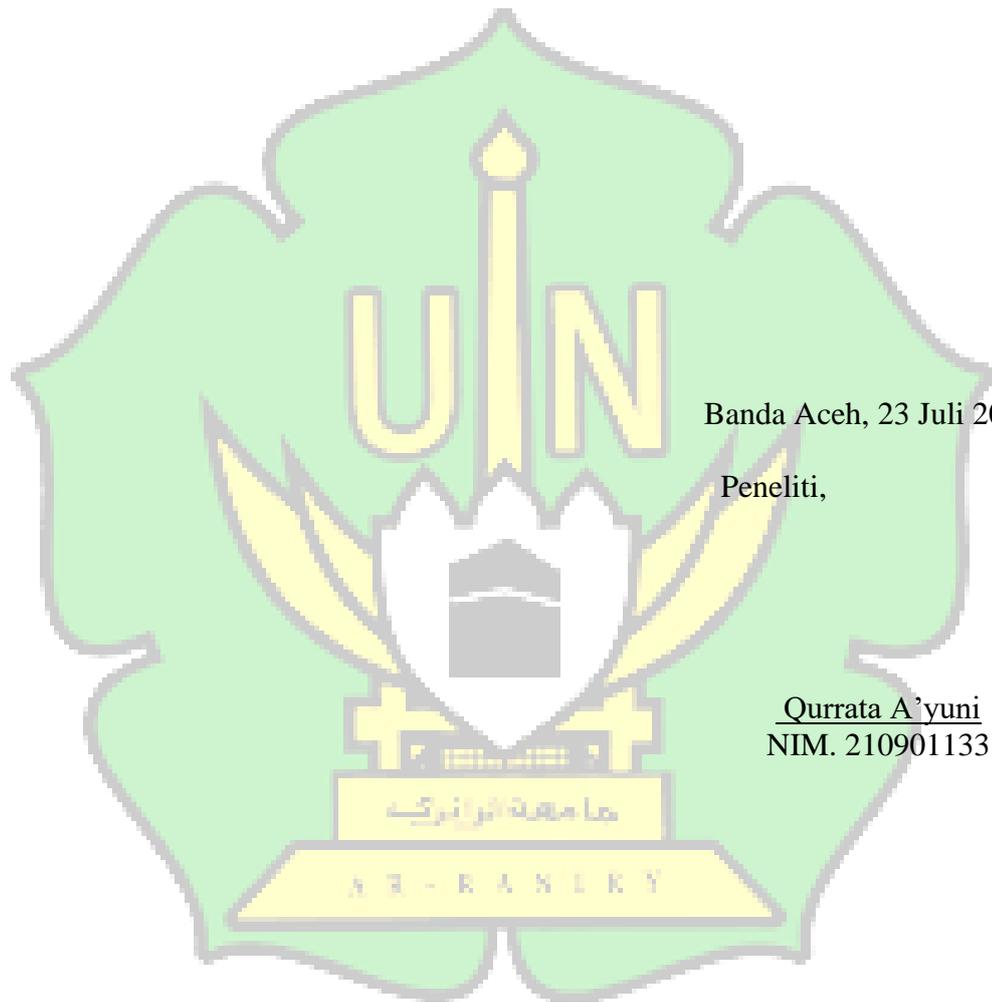
1. Bapak Prof. Dr. Muslim, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada saya sebagai mahasiswa di Fakultas Psikologi.
2. Bapak Prof. Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si, sebagai Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan yang telah memberikan semangat dan motivasi kepada mahasiswa akhir.
3. Ibu Misnawati, S.Ag., M.Ag. Ph.D sebagi Wakil dekan II Bidang Administrasi dan Keuangan sekaligus Penasehat Akademik yang telah membantu dan memberi dukungan kepada mahasiswa.
4. Bapak Drs. Nasruddin, M.Hum. sebagai Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan motivasi serta dukungan kepada para mahasiswa.
5. Bapak Julianto, S.Ag., M.Si., sebagai Ketua Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membimbing, mengarahkan memberikan motivasi serta dukungan kepada peneliti dan juga mahasiswa lainnya.
6. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati, M.A, selaku Sekretaris Program Studi Psikologi yang sudah memberikan banyak dorongan serta motivasi kepada mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi.
7. Bapak Jasmadi, S.Psi., M.A, Psikolog selaku Pembimbing I yang senantiasa memberikan banyak ilmu baru, arahan, nasihat, dorongan, dan motivasi hingga

meluangkan waktu untuk selalu membimbing peneliti dalam menyelesaikan permasalahan dalam proses penyelesaian skripsi ini sampai selesai.

8. Bapak Harri Santoso, S. Psi., M.Ed. selaku pembimbing II yang senantiasa membimbing dan memberikan arahan serta meluangkan waktu untuk peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Ibu Munadira, S.Psi., M.A
10. Ibu Marina Ulfah, S.Psi., M.Psi.,
11. Seluruh Dosen, Staff dan Civitas Akademik Fakultas Psikologi yang telah membantu, mendidik, memberikan ilmu yang bermanfaat dengan tulus dan ikhlas.
12. Kepada Pesantrean Al-Manar Aceh Besar telah memberikan izin penelitian kepada peneliti dan santriwati kelas VII dan kelas VIII yang sudah berkenan serta bersedia meluangkan waktu untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.
13. Peneliti juga menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada teman-teman tersayang, Maya, Dara, Latif, Lidya, Saumi, Aina, Winda, Sita, dan Rahmah, serta seluruh teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, bantuan, dan semangat yang telah kalian berikan selama proses penyusunan skripsi dan telah memotivasi peneliti hingga tahap akhir penyelesaian skripsi ini. Kehadiran kalian menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Semoga segala kebaikan dan ketulusan kalian dibalas dengan sebaik-baiknya balasan oleh Allah SWT.

Peneliti mengucapkan terima kasih banyak atas doa, motivasi serta dukungan yang telah diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini,

semoga semuanya mendapat balasan yang terbaik dari Allah SWT. Peneliti juga menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya masukan, saran ataupun kritikan yang membangun sehingga kekurangan itu tidak terulang di hari yang akan datang. Harapan peneliti semoga penelitian ini dapat memberikan banyak manfaat kepada banyak pihak.



Banda Aceh, 23 Juli 2025

Peneliti,

Qurrata A'yuni  
NIM. 210901133

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	x
<b>ABSTRAK</b> .....	xi
<b>ABSTRACT</b> .....	xii
<b>BAB I</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>A. Latar Belakang Masalah</b> .....	1
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	10
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	10
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	10
<b>E. Keaslian penelitian</b> .....	12



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi UIN AR-Raniry Banda Aceh tentang Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 Surat Penelitian dari Fakultas Psikologi
- Lampiran 3 Surat Keterangan Sudah Selesai Penelitian dari Pesantren Al-Manar Aceh Besar
- Lampiran 4 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5 Tabulasi Data *Try Out*
- Lampiran 6 Hasil Analisis Statistik Data *Try Out*
- Lampiran 7 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 8 Hasil Analisis Data Penelitian
- Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup



**HUBUNGAN *CULTURE SHOCK* DENGAN *PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT* PADA SANTRIWATI PESANTREN AL-MANAR ACEH BESAR**

**ABSTRAK**

*Psychological adjustment* pada santriwati menjadi tantangan di lingkungan pesantren, dengan *culture shock* sebagai salah satu faktor yang berpotensi memengaruhinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *culture shock* dengan *psychological adjustment* pada santriwati di Pesantren Al-Manar Aceh Besar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode korelasional. Populasi penelitian ini berjumlah 180 santriwati kelas VII dan VIII dengan teknik *proportionate stratified sampling* dan jumlah sampel sebanyak 120 santriwati. Menggunakan alat ukur yang terdiri dari skala *culture shock* dan skala *psychological adjustment*. Uji hipotesis yang digunakan adalah *product moment* dari pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,216 dengan signifikansi 0,018 menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel *culture shock* dan *psychological adjustment* sehingga dapat diartikan, semakin tinggi *culture shock* pada santriwati semakin rendah *psychological adjustment*nya. Sebaliknya, semakin rendah *culture shock* pada diri santriwati maka semakin tinggi *psychological adjustment* santriwati Pesantren Al-Manar Aceh Besar.

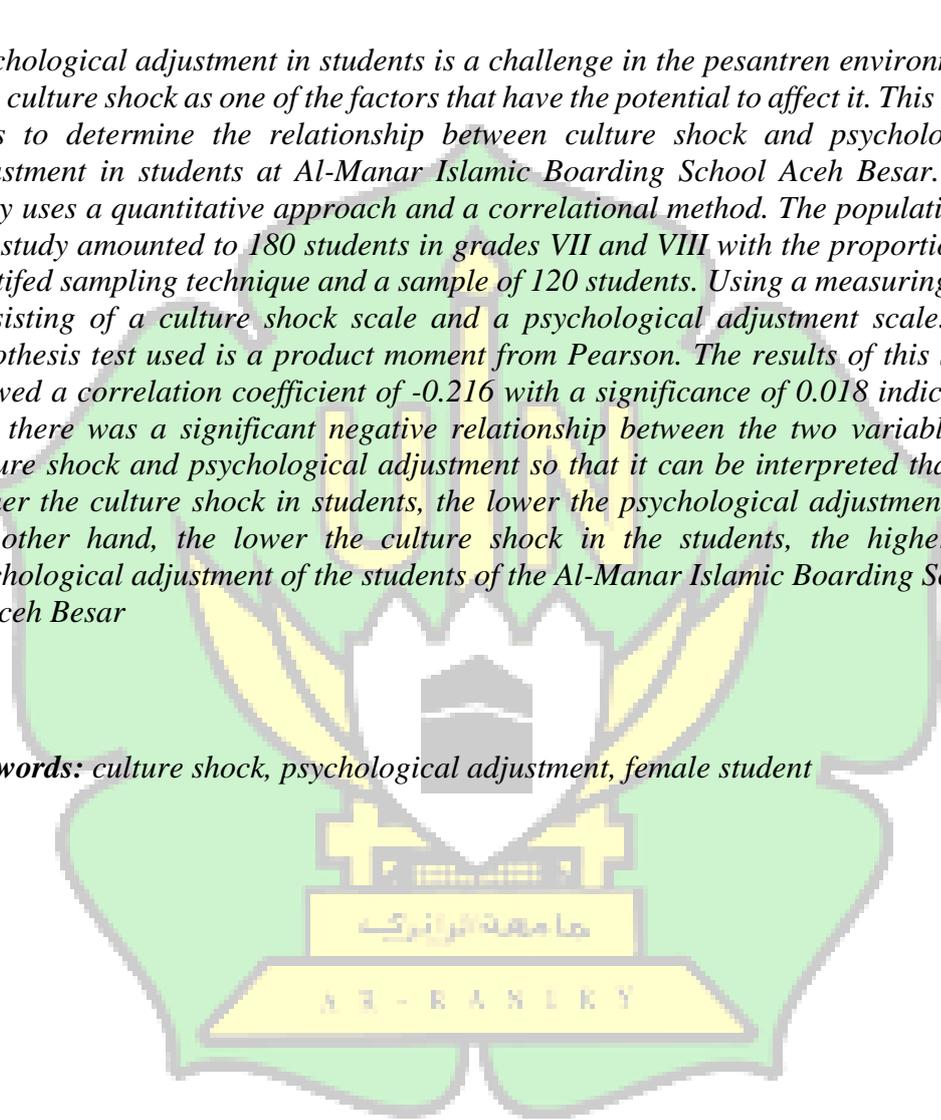
**Kata Kunci:** *culture shock*, *psychological adjustment*, santriwati

**THE RELATIONSHIP BETWEEN CULTURE SHOCK AND  
PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT OF FEMALE STUDENTS AT  
AL-MANAR ISLAMIC BOARDING SCHOOL, ACEH BESAR**

**ABSTRACT**

*Psychological adjustment in students is a challenge in the pesantren environment, with culture shock as one of the factors that have the potential to affect it. This study aims to determine the relationship between culture shock and psychological adjustment in students at Al-Manar Islamic Boarding School Aceh Besar. This study uses a quantitative approach and a correlational method. The population of this study amounted to 180 students in grades VII and VIII with the proportionate stratified sampling technique and a sample of 120 students. Using a measuring tool consisting of a culture shock scale and a psychological adjustment scale. The hypothesis test used is a product moment from Pearson. The results of this study showed a correlation coefficient of -0.216 with a significance of 0.018 indicating that there was a significant negative relationship between the two variables of culture shock and psychological adjustment so that it can be interpreted that the higher the culture shock in students, the lower the psychological adjustment. On the other hand, the lower the culture shock in the students, the higher the psychological adjustment of the students of the Al-Manar Islamic Boarding School in Aceh Besar*

**Keywords:** *culture shock, psychological adjustment, female student*



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Santri adalah seseorang yang sedang menuntut ilmu agama, bagi santri baru sebagai perantau yang dialami pertama kali adalah lingkungan baru dan asing. Santri yang harus merantau dari lingkungan lama ke lingkungan baru, baik itu teman baru, kamar baru, bahasa baru, sekolah baru, mungkin saja akan menjadi jati diri yang baru. Fenomena yang sering terjadi pada santri di pondok Pesantren biasanya saat melakukan penyesuaian diri baik itu secara psikologis ataupun sosial, adanya perbedaan yang dirasakan dengan kehidupan sebelum berada di pondok, maka penyesuaian psikologis ini begitu penting agar tercapainya kesejahteraan diri seorang santri di Pesantren tersebut.

Masuk ke lingkungan berasrama seperti pesantren menuntut kualitas psikologis yang matang, mengingat akan terjadi perubahan besar dalam pola hidup, interaksi sosial, serta sistem norma dan aturan yang berbeda dengan kehidupan sebelumnya. Santriwati baru diharapkan mampu mengelola tekanan batin, menjaga stabilitas emosi, serta mampu tetap aktif secara akademis dan sosial. Penelitian di Pesantren Asshiddiqiyah menunjukkan bahwa *self-adjustment* kemampuan individu menyeimbangkan kondisi emosional dan sosialnya berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis santri secara umum (Mulyati, A. Mashabi, & Ciptianingsih, 2023).

Berbagai masalah yang muncul dalam kehidupan manusia hampir selalu berkaitan dengan penyesuaian diri, namun tidak semua tingkah laku manusia dapat dikatakan sebagai proses penyesuaian diri. Menurut Schneiders 1964 penyesuaian diri timbul apabila terdapat kebutuhan, dorongan, dan keinginan yang harus dipenuhi oleh seseorang, termasuk juga saat seseorang menghadapi suatu masalah atau konflik yang harus diselesaikan. Individu pada kondisi ini, akan mengalami proses belajar, belajar memahami, mengerti, dan berusaha untuk melakukan apa yang diinginkan oleh dirinya, maupun lingkungannya. Artinya, individu perlu mempertimbangkan adanya norma-norma yang berlaku di lingkungan dalam memenuhi kebutuhannya. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk menyelaraskan pemuasan kebutuhan diri dengan situasi lingkungan sehingga tercapai suatu integrasi dan keseimbangan (Tias & Ibrahim, 2019).

Begitu juga dalam hal pendidikan, santri biasanya menghadapi banyak masalah, beberapa masalah tersebut termasuk metode pembelajaran, aturan maupun norma-norma yang ditetapkan di Pesantren pasti berbeda dengan SMA atau MTSN, maka dengan hal tersebut santri membutuhkan kesiapan secara psikologis maupun sosial, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungan (Bergitha Dhei, Fatmawati, Prasetya, & Agustin, 2020).

Monks mengungkapkan bahwa usia siswa-siswi SMP dapat dikategorikan dalam masa remaja awal, yaitu 12-15 tahun. Memasuki masa remaja, anak mulai melepaskan diri dari ikatan emosi orang tua dan menjalin hubungan yang akrab dengan teman-teman sebayanya. Havighurst menjelaskan beberapa tugas perkembangan remaja yang berhubungan dengan perkembangan sosial emosional,

yaitu menjalin hubungan dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai suatu peran sosial baik bagi pria maupun wanita sesuai dengan jenis kelaminnya, melakukan perilaku sosial yang diharapkan, dan mencapai suatu kemandirian sosial dari orang tua dan dewasa disekitarnya (Ary , Andayani , & Sawitri, 2009).

Berbagai kendala yang dihadapi santri pada umumnya dalam menjalani studi di Pesantren yaitu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri. Menurut Ward, Bochner dan Furnham (2001) penyesuaian psikologis (*psychological adjustment*) adalah respon afektif yang dikaitkan dengan proses adaptasi kita, dan juga suatu hal yang memotivasi individu untuk lebih menyesuaikan diri dalam *host culture* guna untuk mencapai kesejahteraan atau kepuasan dalam transisi lintas budaya.

Berdasarkan data yang diterbitkan pada sebuah artikel, catatan wali santri oleh Menurut Awaluddin (2024) bahwa Pesantren Al-Manar dikenal sebagai lingkungan yang menerapkan peraturan ketat untuk mendukung disiplin dan pengembangan karakter santri, beberapa orang tua mengungkapkan kekhawatiran mengenai hal yang diterapkan, seperti larangan menggunakan ponsel atau berkomunikasi dengan dunia luar, perizinan yang sulit bahkan saat keadaan sakit, dan ada juga data yang didapatkan dari guru di beberapa sekolah yang menerima siswa atau siswi baru berasal dari Pesantren Al-Manar dengan alasan adanya beberapa peraturan yang kurang cocok bagi siswa tersebut.

Santri harus melakukan penyesuaian dengan lingkungan tempat tinggalnya, seperti santri baru yang akan tinggal di Pesantren, Pesantren merupakan sebuah asrama pendidikan islam tradisional dimana para santri tinggal bersama di bawah bimbingan seseorang atau guru yang lebih dikenal dengan sebutan kyai. Sedangkan Abdurrahman Wahid menyatakan Pesantren sebagai tempat santri hidup. Pesantren sebagai lembaga pendidikan tradisional islam untuk mempelajari, memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran agama Islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari. Maka Proses penyesuaian pada Pesantren inilah biasanya individu mengalami perbedaan budaya dari daerah asal ke daerah yang baru ditinggal. Terkadang munculnya gegar budaya salah satu tantangan yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu ketika memasuki sebuah lingkungan baru (Nuraini, Sunendar, & Sumiyadi, 2021).

Masalah *psychological adjustment* menjadi hal penting yang harus dibahas dimana ketika santriwati memasuki Pesantren atau lingkungan yang berbeda dari yang biasa mereka kenal, sering kali menghadapi perbedaan dalam norma, nilai, dan kebiasaan yang dapat menyebabkan perasaan kebingungan, kecemasan, dan ketidaknyamanan. Gejala-gejala ini merupakan akibat dari sulit dalam melakukan penyesuaian sehingga dapat mengganggu proses penyesuaian psikologis mereka. Santriwati yang sulit melakukan penyesuaian mungkin merasa terasing dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial dengan teman-temannya. Reaksi emosional yang muncul ketika seseorang menghadapi situasi yang tidak familiar, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Hal ini menjadi penting untuk dipahami, terutama dalam konteks pendidikan dan pengembangan

diri santri yang berada di lingkungan Pesantren. *Psychological adjustment* terjadi karena adanya ketidaksetaraan pandangan antara budaya satu dengan lainnya, sehingga membuat suatu budaya baru yang datang ke budaya lainnya mengalami kehilangan harapan atau antisipasi terhadap kesamaan (Nabilah & Nurmawati, 2023).

Menurut latar belakang diatas santriwati akan rentan mengalami sulit melakukan penyesuaian baik secara sosial, psikologis atau mental, namun pada kenyataannya tidak semua satriwati akan mengalaminya, tentu perbedaan tersebut menimbulkan pernyataan dan menjadi menarik untuk diteliti dan diketahui, dimana santriwati dapat melakukan psycholoical adjustment di lingkungan barunya yang terdapat beberapa atau berbagai perbedaan. Untuk menjelaskan perbedaan tersebut, peneliti melakukan wawancara dengan tiga orang santriwati di Pesantren Al-Manar Aceh Besar, yang tujuannya untuk melihat sejauh mana mereka mengalami perbedaan sulitnya psychological adjustment atau tidak.

Berdasarkan hasil wawancara dengan tiga orang santriwati baru kelas VII dan VIII Pesantren Al-Manar Aceh Besar isi wawancara sebagai berikut:

Cuplikan wawancara dengan inisial NU berasal dari Aceh Utara:

*“ Sering tertekan kalau di pesantren, apalagi kalau ada masalah itu biasanya yang buat kami gak betah di pesantren, misalnya kami ada buat kesalahan dikit-dikit dijemur di lapangan jadinya kadang capek juga abis tu sakit, banyak pikiran juga kalau lagi gak baean sama kawan, kalau masalah sedih nangis karena kawan jarang karena ana disini tujuannya untuk belajar tapi kalau masalah keluarga itu sering sedih ” (NU, 2025).*

Cuplikan wawancara dengan inisial AB berasal dari langsa:

*“Awalnya memang terasa sulit pas di pesantren tetapi saya ingat kalau di pesantren itu beda dengan di sekolah biasa nah disitu kita belajar biar berbeda dengan kawan-kawan yang sekolah di sekolah biasa, disini pasti kawan-kawan lebih ambis makanya jangan dibuat stres jalanin aja biasanya adek usaha belajar dan selalu berdoa, kalau ada tugas buat kalau ada masalah biasanya cerita ke*

*kawan, sedih-sedih itu pasti ada karena tujuan adek ke pesantren untuk belajar dan kepengen mengabdikan juga di sini” (AB, 2025).*

Cuplikan wawancara dengan inisial SM yang berasal dari Banda Aceh:

*“ Waktu awal-awal pesantren aman-aman aja tapi pas dah lama-lama mulai agak merasa sulit karena teman-teman di pesantren rajin-rajin, biar gak tertinggal jadinya belajar juga yang giat, disini harus banyak bisa tampil di depan dari situ belajar untuk latihan di depan cermin, dan disini juga saya merasa cukup baik dengan jadwal-jadwal pesantren, meskipun terkadang sulit mengikuti semua aturan alhamdulillah bisa, tapi kalau dari segi lain saya aman-aman aja kak” (SM, 2025).*

Berdasarkan hasil wawancara dengan tiga orang santriwati, hal yang dirasakan selama berada di lingkungan Pesantren dapat dilihat pada cuplikan wawancara yang disampaikan oleh wawancara 1 *“kalau masalah sedih nangis karena kawan jarang karena ana disini tujuannya untuk belajar tapi kalau masalah keluarga itu sering sedih”* potongan wawancara tersebut merujuk pada aspek harga diri atau *self esteem* dimana individu dapat memahami perasaan diri sendiri untuk menerima perasaannya dalam menyesuaikan keadaan agar menjadi lebih baik lagi dan fokus pada tujuan utama memasuki Pesantren.

Pada wawancara ke 2 *“disini pasti kawan-kawan lebih ambis makanya jangan dibuat stres jalanin aja biasanya adek usaha belajar dan selalu berdoa”* potongan wawancara tersebut merujuk pada aspek penguasaan lingkungan atau *environmental mastery* dimana individu dapat menguasai lingkungan, seperti kemampuan untuk beradaptasi terhadap lingkungan dan memperoleh makna dari lingkungan sekitar serta berusaha untuk memahami dan terus mencoba, selanjutnya cuplikan wawancara ke 3 *“disini juga saya merasa cukup baik dengan jadwal-jadwal pesantren, meskipun terkadang sulit mengikuti semua aturan alhamdulillah bisa”* pada potongan wawancara ke 3 ini menunjukkan rendahnya

kecemasan atau *anxiety* sesuai pada aspek *psychological adjustment* bahwa santriwati tersebut terbebas dari kecemasan secara berlebihan yang mengakibatkan individu tidak berdaya dan ketakutan. Namun, santri tersebut dapat mengendalikan dirinya agar tetap semangat untuk terus belajar.

Santri perantauan akan dihadapkan adaptasi yang panjang karena lingkungan yang tempat awalnya berbeda dengan lingkungan yang ditempati merantau, sehingga merasa tidak sesuai dengan lingkungan yang dialami. Dengan kondisi pesantren yang hampir semua harus bermukim di dalam asrama sehingga banyak terdapat perbedaan etnis. Dengan kondisi sosial geografis dari setiap individu atau kelompok dengan bermacam suku, budaya dan bahasa yang menyebabkan terjadinya perbedaan. Tidak sedikit santri perantauan akan dikenalkan budaya yang berbeda dengan temannya yang berpotensi mendapatkan *culture shock*.

Konflik *culture shock* yang didapatkan santri perantauan akan membuat merasa kurang nyaman dengan keadaan lingkungannya. Santri akan merasakan kesepian dan canggung untuk membuka percakapan terhadap lawan bicara. Tahap yang paling pertama dirasakan oleh santri perantauan adalah tidak nyaman terhadap lingkungan pondok, santri juga merasa tidak dapat mendapatkan topik pembicaraan karena bahasa yang digunakan berbeda. Akhirnya santri mengalami *culture shock* karena melihat perbedaan, maka kondisi ini susah jika tidak ada pengenalan atau dihadapkan dengan adaptasi, sesuai dengan Salah satu faktor yang memengaruhi *psychological adjustment* menurut Ward (2001) yaitu perubahan kehidupan yang dialami individu ketika pindah ke lingkungan baru. Perubahan ini, seperti

perbedaan bahasa, norma, dan gaya hidup, dapat menjadi pemicu timbulnya *culture shock*, yaitu perasaan bingung, cemas, dan terasing yang muncul akibat kesenjangan antara budaya asal dengan budaya baru yang dihadapi.

Proses belajar di Pesantren, santri harus dapat menyesuaikan diri secara psikologis (*Psychological adjustment*) guna untuk menghadapi kendala yang terjadi seperti mengalami *culture shock*. Ada beberapa dimensi *culture shock* yang menyebabkan perasaan ketidaknyamanan berada di lingkungan baru, dimensi yang berhubungan dengan perasaan (*affective*) dimana individu merasa kebingungan, merasa tidak tenang, merasa tidak aman, dari dimensi perilaku (*behavior*) dimana individu mengalami kekeliruan aturan, kebiasaan, asumsi-asumsi yang mengatur interaksi interpersonal mencakup komunikasi verbal dan nonverbal yang bervariasi diseluruh budaya, dan dimensi pikiran (*cognitive*) yaitu pandangan yang negatif dan terpaku pada satu ide saja. Individu tersebut pastinya akan merasakan perbedaan-perbedaan kebiasaan, santri yang memiliki *psychological* yang baik akan mudah beradaptasi dan menjalankan aktifitas sehari-hari dan ketika penyesuaian tersebut tercapai maka akan cenderung merasa puas dengan aktifitas yang akan dijalankan di lingkungan tersebut, sebaliknya, apabila proses penyesuaian psikologis mengalami kesulitan dalam beradaptasi, maka individu cenderung akan menarik diri dari lingkungan sekitarnya dan menutupi diri. (Ward, Bochner, & Furnham, 2001).

Menurut Kingsley dan Dakhari menyatakan bahwa *culture shock* bukan kondisi medis ataupun istilah klinis, *culture shock* merupakan sebuah cara untuk mendeskripsikan perasaan bingung dan gelisah yang dimiliki seseorang ketika meninggalkan budaya yang telah familiar dan tinggal di budaya baru, faktor ini merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi respon stres dan ketidakmampuan dalam menjalani pembelajaran yang maksimal dalam mencapai tujuan belajar, ketidakmampuan menyesuaikan diri akan menyebabkan santri pindah dari Pesantren tersebut (Suryandari, 2012).

Dari hasil wawancara tersebut pada umumnya ketika santriwati berada di lingkungan baru, proses penyesuaian psikologis mengalami banyak perbedaan-perbedaan, hal ini dapat mengganggu kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri secara sosial dan emosional, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kesehatan psikologis mereka, dalam keadaan ini santriwati mengalami gangguan pada *psychological adjustment* (Sofia, 2023), namun ada juga yang tidak mengalami yang demikian seperti yang dirasakan oleh beberapa santriwati disampaikan pada wawancara di atas, individu dapat melakukan penyesuaian psikologis dengan baik dan tidak memiliki *culture shock* yang berat walaupun ada beberapa situasi yang mereka rasakan sulit, namun mereka dapat mengatasinya dengan baik, pada hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa ada kesenjangan teori antara yang mengatakan bahwa *psychological adjustment* buruk dapat terjadi karena adanya *culture shock* dan berbeda dengan penelitian terdahulu yang mengatakan bahwa hubungan *culture shock* dan *psychological adjustment* memiliki hubungan yang

negatif. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena hasil wawancara pada beberapa santriwati berbeda dengan hasil penelitian terdahulu.

Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *culture shock* dengan *psychological adjustment* pada santriwati di Pesantren Al-Manar Aceh Besar. Dengan demikian penulis membuat sebuah penelitian ini untuk menguji dan tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *culture shock* dan *psychological adjustment* pada santriwati Pesantren Al-Manar Aceh Besar.”

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan rumusan di atas, maka masalah utama dalam penelitian ini adalah Apakah hubungan *culture shock* dengan *psychological adjustment* pada santriwati di Pesantren Al-Manar Aceh Besar.

### **C. Tujuan Penelitian**

Secara umum Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *culture shock* dengan *Psychological adjustmen* pada santriwati di Pesantren Al-Manar Aceh Besar.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan mengetahui apa yang menjadi hubungan kedua variabel tersebut, Antara *culture shock* dan *psychological adjustment* yang menjadi pokok penting dalam kehidupan agar diterima dalam lingkungan untuk pencapaian kepuasan diri akan usaha yang di keluarkan.

## 1. Secara Teoritis

a. Penulisan ini dapat menjadi pengetahuan yang berguna untuk pemahaman bagaimana hubungan *culture shock* dengan *psychological adjustment* pada santriwati di Pesantren Al-Manar Aceh Besar.

b. Penelitian ini dapat memberikan informasi serta dapat menjadikan motivasi bagi siapa saja yang hendak mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan *culture shock* dan *psychological adjustment*.

c. Menghasilkan konsep tentang faktor serta aspek yang mempengaruhi *culture shock* terhadap *psychological adjustment* sehingga mempermudah menerapkan bagaimana cara untuk dapat dipraktekkan pada diri sendiri ataupun orang lain.

d. Untuk mendapatkan pemahaman tentang bagaimana *psychological adjustment* dan *culture shock* dapat memengaruhi dinamika hubungan sosial individu, terutama dalam konteks adaptasi sosial santriwati yang berasal dari latar belakang budaya berbeda. Pemahaman ini dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan strategi peningkatan keterampilan sosial dan penyesuaian diri secara lebih efektif.

## 2. Secara Praktis.

### a. Bagi Pihak Pesantren

Memberikan informasi mengenai penyesuaian psikologis dan *culture shock*, serta faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan mereka dalam melakukan penyesuaian psikologis. Informasi ini dapat digunakan untuk menyusun program orientasi atau pembinaan yang lebih tepat sasaran.

b. Bagi Santriwati

Membantu santriwati memahami reaksi psikologis yang mungkin muncul saat pertama kali memasuki lingkungan baru dan cara menghadapinya, sehingga proses adaptasi berjalan lebih sehat secara mental dan emosional.

c. Bagi Orang Tua/Wali

Memberikan pemahaman mengenai lingkungan pesantren, sehingga orang tua dapat memberikan dukungan emosional yang tepat di masa awal penyesuaian.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi referensi awal bagi penelitian lebih lanjut mengenai *culture shock*, *psychological adjustment*, atau aspek psikologis lain dalam konteks pesantren atau remaja berasrama.

**E. Keaslian penelitian**

Keaslian penelitian ini didasarkan pada hasil dari beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian saat ini.

Penelitian oleh Ayub, Mehmood, dan Nazir (2024), mengenai “*The Impact of Culture Shock and Psychological Adjustment on Mental Well-Being in International Students*”. Sampel yang digunakan adalah 192 mahasiswa internasional dengan rentang usia 18 hingga 40 tahun yang terdiri dari 154 pria dan 38 wanita yang direkrut melalui strategi pengambilan sampel yang mudah, dengan desain penelitian yang digunakan adalah *korelasional cross-sectional*. Metode dan pendekatan penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dan korelasional pada analisa data yang telah dilakukan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada

hubungan negatif yang signifikan antara guncangan budaya dan penyesuaian psikologis. Penelitian sebelumnya menunjukkan hubungan antara guncangan budaya dan penyesuaian psikologis, tantangan pada penyesuaian psikologis dan guncangan budaya bagi Mahasiswa Internasional. Dari pemaparan tersebut dapat dilihat adanya perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang yaitu dari judul, penelitiannya, subjek penelitian, dan sampel serta lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh penelitian saat ini.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Samual, Qalbi, dan Natsir (2022), yang berjudul “*Cultural Shock And Psychological Adjustment Of Thai Student At English Department In Universitas Muhammadiyah Makassar*“, dengan Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang mahasiswa Thailand di Jurusan Bahasa Inggris Universitas Muhammadiyah Makassar”. Metodologi penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data adalah wawancara dengan 5 pertanyaan yang membahas tentang *cultural shock* dan penyesuaian psikologis.

Temuan penelitian ini berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap 3 informan yang telah dideskripsikan sebelumnya diketahui bahwa *cultural shock* yang dialami adalah faktor bahasa sehari-hari, faktor sosial, dan faktor budaya. Hambatan penyesuaian psikologis mahasiswa Thailand ada beberapa faktor yaitu kondisi psikis, bahasa, budaya dan lingkungan. Maka dapat dilihat adanya perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan sekarang dari segi judul, penelitiannya, subjek penelitian, metode

penelitian dan sampel serta lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh penelitian saat ini.

Penelitian oleh Sari dan Rusli (2019), mengenai pengaruh *culture shock* terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru yang merantau. Populasi dalam penelitian ini adalah 150 orang subjek yang diambil dengan teknik purposive sampling penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *culture shock* terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang berasal dari luar Sumatera Barat di Universitas Negeri Padang, metode dan pendekatan penelitian yang digunakan yaitu Kuantitatif dan korelasional pada analisis data yang telah dilakukan, dari pemaparan tersebut dapat dilihat adanya perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang yaitu dari judul, penelitiannya, subjek penelitian, dan sampel serta lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh penelitian saat ini.

Selanjutnya penelitian dari Arifin, Mulyadi, dan Alitifah, M.Kep (2023), yang berjudul “Hubungan *Culture Shock* Dengan Tingkat Stres Pada Santri Baru Di Pondok Al- Amin Prenduan”. Populasi 94 orang. Sampel 76 orang, teknik sampling menggunakan simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif melalui pendekatan studi korelasi. Maka dapat dilihat adanya perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan sekarang dari segi judul, penelitiannya, subjek penelitian, metode penelitian dan sampel serta lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh penelitian saat ini.

Selanjutnya penelitian dari Afif Sa'id Ramadhan dan kawan-kawan (2024), yang berjudul Eksplorasi Kondisi *culture shock* pada Santri Baru di Kota Semarang: Implikasi Terhadap Proses Penyesuaian Diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi naratif, melibatkan enam santri baru yang diwawancarai mengenai pengalaman mereka saat pertama kali tiba di Pesantren. Maka dapat dilihat adanya perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan sekarang dari segi judul, penelitiannya, subjek penelitian, metode penelitian dan sampel serta lokasi penelitian yang akan dilakukan oleh penelitian saat ini.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dilihat bahwa perbedaan penelitian yang sudah dilakukan dengan penelitian yang peneliti lakukan terdapat beberapa perbedaan, diantaranya adalah variabel penelitian, metode dan desain penelitian, teknik analisis data, teknik sampling, subjek penelitian, sampel, populasi penelitian, dan lokasi penelitian. Atas dasar penjelasan sebelumnya, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Hubungan *culture shock* dengan *psychological adjustment* pada santriwati pesantren Al-Manar Aceh Besar, sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya berbeda, dengan demikian penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.