

Hubungan Antara Persepsi Dukungan Sosial Dengan *Culture Shock* Pada Taruna/Kadet Tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia

Pitriyanti¹, Raden Yudhi Satria²

^{1,2} Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat artikel: Diterima : 26/07/2026 Direvisi : 14/08/2026 Dipublikasikan : 25/08/2026 Kata kunci: <i>Culture Shock; Persepsi Dukungan Sosial; Taruna STIP Indonesia; Adaptasi.</i>	Masa awal pendidikan di lingkungan kedinasan berasrama dengan sistem semi-militer menuntut taruna/kadet tingkat I untuk menyesuaikan diri dengan rutinitas baru, disiplin, aturan ketat, kehidupan komunal, serta keberagaman latar belakang sosial budaya. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan <i>culture shock</i>. Persepsi dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang penting lainnya dipandang sebagai sumber daya psikososial yang dapat membantu taruna/kadet menghadapi tuntutan adaptasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan sosial dan <i>culture shock</i> pada taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 229 taruna/kadet tingkat I yang dipilih melalui teknik <i>simple random sampling</i>. Data dikumpulkan menggunakan skala persepsi dukungan sosial dengan 18 item ($\alpha=0,952$) dan skala <i>culture shock</i> dengan 20 item ($\alpha=0,858$). Analisis dilakukan menggunakan korelasi <i>Pearson Product Moment</i> dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dan <i>culture shock</i> ($r=-0,486$; $\text{Sig.}=0,000$). Nilai koefisien determinasi $R^2=0,236$ menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial menjelaskan 23,6% variasi <i>culture shock</i> dalam model penelitian. Semakin tinggi persepsi dukungan sosial, semakin rendah tingkat <i>culture shock</i> yang dialami taruna/kadet tingkat I.
Penulis Korespondensi: Pitriyanti Email: pitrieeee@student.esaunggul.ac.id	

PENDAHULUAN

Pendidikan vokasi maritim memiliki karakteristik yang berbeda dari pendidikan tinggi pada umumnya karena tidak hanya berorientasi pada penguasaan kompetensi akademik dan profesional, tetapi juga pada pembentukan disiplin, kepemimpinan, kesiapan fisik, serta kemampuan bekerja sesuai standar keselamatan. Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia merupakan institusi pendidikan maritim yang menerapkan sistem pendidikan berasrama dengan pola pembinaan semi-militer. Sistem pendidikan tersebut mengatur kehidupan taruna/kadet melalui jadwal kegiatan harian, tata tertib, pembinaan fisik dan mental, kegiatan akademik, serta kehidupan komunal di asrama. Taruna/kadet perlu menyesuaikan diri dengan aturan, nilai, pola komunikasi, dan kebiasaan yang berbeda dari kehidupan sebelum memasuki institusi pendidikan.

Pendidikan berasrama menempatkan taruna/kadet pada pola kehidupan yang lebih terstruktur dibandingkan kehidupan bersama keluarga. Aktivitas harian dilakukan secara terjadwal sejak pagi hingga malam, meliputi kegiatan akademik, pelatihan fisik, kegiatan pembinaan, makan bersama, kegiatan ibadah, serta waktu istirahat. Taruna/kadet juga perlu menyesuaikan diri dengan penggunaan fasilitas bersama, kedekatan ruang personal yang terbatas, hubungan sosial dengan teman satu angkatan, serta interaksi dengan senior dan pembina. Perubahan pola kehidupan tersebut dapat menjadi tuntutan adaptasi yang cukup besar, terutama bagi taruna/kadet yang baru pertama kali tinggal jauh dari keluarga atau belum memiliki pengalaman hidup di lingkungan berasrama. Maghfiroh (2021) menjelaskan bahwa perubahan lingkungan rumah menuju kehidupan asrama dapat memunculkan kesulitan penyesuaian diri karena individu perlu mempelajari aturan, kebiasaan, serta pola hubungan sosial yang baru.

Taruna/kadet tingkat I berada pada fase transisi dari lingkungan yang familier menuju lingkungan pendidikan yang baru. Perubahan rutinitas, tuntutan kedisiplinan, pembatasan penggunaan alat komunikasi, kehidupan bersama di asrama, serta interaksi dengan teman dari beragam latar belakang sosial dan budaya dapat menjadi tantangan dalam proses adaptasi. Keberagaman asal daerah juga menyebabkan taruna/kadet membawa kebiasaan, pola komunikasi, bahasa, nilai, dan pengalaman hidup yang berbeda. Wijanarko et al. (2017) menyebutkan bahwa perbedaan latar belakang individu dan tuntutan penyesuaian terhadap lingkungan baru dapat berkaitan dengan munculnya kesulitan adaptasi pada mahasiswa perantau.

Hasil pengamatan awal peneliti menunjukkan bahwa sebagian taruna/kadet tingkat I mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan kehidupan asrama dan tuntutan pendidikan. Kesulitan tersebut terlihat melalui perasaan rindu rumah, kecemasan, gangguan tidur, hambatan mengikuti rutinitas, rasa tidak nyaman ketika berinteraksi dengan taruna dari daerah lain, serta perasaan tertekan akibat aturan dan aktivitas yang padat. Sebagian taruna/kadet juga mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan makanan asrama, penggunaan fasilitas bersama, pembatasan penggunaan telepon genggam, serta kewajiban mengikuti kegiatan secara kolektif. Kondisi tersebut menunjukkan kerentanan terhadap munculnya *culture shock* pada masa awal pendidikan.

Culture shock merupakan respons psikologis yang muncul ketika individu berhadapan dengan lingkungan budaya yang berbeda dari lingkungan asalnya (Adler, 1975). Oberg mendefinisikan *culture shock* sebagai respon psikologis berupa kebingungan, stres, dan disorientasi ketika individu berada pada lingkungan budaya baru (Oberg, 1960). Ward et al. (2001) menjelaskan bahwa proses adaptasi lintas budaya mencakup tiga dimensi, yaitu *affect*, *behavior*, dan *cognition*. Dimensi *affect* berkaitan dengan reaksi emosional, seperti kecemasan, kesepian, stres, kerinduan terhadap rumah, dan ketidaknyamanan. Dimensi *behavior* berkaitan dengan kemampuan individu mempelajari dan menerapkan pola interaksi sosial serta norma yang berlaku dalam lingkungan baru. Dimensi *cognition* merujuk pada cara individu memahami, memaknai, dan menyesuaikan keyakinan atau persepsi terhadap budaya baru. Hambatan pada ketiga dimensi tersebut dapat mengganggu kenyamanan psikologis dan proses penyesuaian diri taruna/kadet.

Culture shock pada taruna/kadet tingkat I tidak hanya berkaitan dengan perbedaan budaya asal daerah, tetapi juga perubahan budaya kehidupan sehari-hari. Taruna/kadet perlu beradaptasi terhadap sistem pendidikan yang memiliki disiplin tinggi, hierarki, tata tertib, pola hidup komunal, serta tuntutan akademik dan fisik. Kesulitan beradaptasi dapat terlihat melalui penurunan motivasi, hambatan berkonsentrasi, kecenderungan menarik diri, perasaan tidak nyaman, dan keterbatasan partisipasi dalam kegiatan pendidikan. Dwiana (2023) menjelaskan bahwa kesulitan dalam menghadapi lingkungan baru dapat berkaitan dengan hambatan penyesuaian diri pada individu yang baru memasuki kehidupan berasrama. Maghfiroh (2021) juga menemukan bahwa perubahan kehidupan dari rumah menuju lingkungan berasrama dapat memunculkan *culture shock* pada peserta didik baru. Proses adaptasi lintas budaya pada

hakikatnya merupakan bentuk penyesuaian diri untuk mengenali dan membiasakan diri hidup di tengah sistem nilai serta praktik budaya yang baru (Ng et al., 2017).

Dampak *culture shock* tidak hanya berhubungan dengan perasaan tidak nyaman pada masa awal adaptasi, tetapi juga dapat berkaitan dengan keterlibatan individu dalam kegiatan pendidikan. Taruna/kadet yang mengalami tekanan adaptasi dapat merasa kurang percaya diri, kesulitan membangun relasi sosial, mengalami hambatan dalam mengikuti aturan, atau memilih menarik diri dari aktivitas kelompok. Kondisi tersebut berpotensi mengganggu proses belajar, partisipasi dalam pembinaan, serta kemampuan membangun rasa memiliki terhadap lingkungan pendidikan. Penguatan faktor psikososial yang dapat membantu taruna/kadet menghadapi tekanan adaptasi perlu diperhatikan agar proses pendidikan berjalan secara lebih optimal.

Persepsi dukungan sosial merupakan salah satu faktor psikososial yang berkaitan dengan proses adaptasi. Persepsi dukungan sosial merujuk pada penilaian individu mengenai ketersediaan perhatian, bantuan, penerimaan, dan dukungan dari orang-orang di sekitarnya ketika menghadapi kesulitan. Zimet et al. (1988) mengemukakan bahwa persepsi dukungan sosial terdiri atas tiga dimensi, yaitu dukungan keluarga (*family support*), dukungan teman (*friend support*), dan dukungan orang penting lainnya (*significant others*). Ketiga dimensi tersebut menggambarkan sumber dukungan yang dapat membantu individu merasa dihargai, didengarkan, dibantu, serta memiliki tempat untuk memperoleh penguatan ketika menghadapi persoalan.

Dimensi dukungan keluarga dapat memberikan rasa aman dan kedekatan emosional bagi taruna/kadet yang tinggal jauh dari rumah. Komunikasi dengan keluarga, perhatian terhadap kondisi pendidikan, serta penerimaan keluarga dapat membantu taruna/kadet menghadapi perasaan rindu rumah dan tekanan selama masa penyesuaian diri. Dimensi dukungan teman dapat membantu taruna/kadet membangun kebersamaan, memperoleh informasi, berbagi pengalaman, dan menghadapi kesulitan selama menjalani kehidupan asrama. Dimensi dukungan orang penting lainnya dapat berasal dari senior, dosen, instruktur, pembina, atau figur lain yang dipersepsikan penting oleh taruna/kadet. Christianti dan Wati (2023) menjelaskan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan penyesuaian diri mahasiswa yang tinggal di asrama. Rahmawati dan Hidayat (2022) juga menyatakan bahwa dukungan sosial dapat menjadi prediktor penyesuaian diri pada mahasiswa perantau.

Persepsi dukungan sosial menekankan penilaian subjektif individu mengenai tersedianya sumber dukungan, bukan hanya jumlah bantuan yang benar-benar diterima. Taruna/kadet dengan persepsi dukungan sosial yang tinggi cenderung merasa memiliki orang-orang yang peduli dan dapat diandalkan ketika menghadapi kesulitan. Perasaan tersebut dapat membantu taruna/kadet menghadapi tekanan adaptasi secara lebih efektif. Taruna/kadet dengan persepsi dukungan sosial rendah dapat lebih rentan mengalami kesepian, kecemasan, serta kesulitan memaknai lingkungan pendidikan baru secara positif. Uraian tersebut menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial diduga berhubungan negatif dengan *culture shock*.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan penyesuaian diri yang lebih baik pada individu yang menghadapi perubahan lingkungan. Rizal (2020) menemukan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa perantau. Amrulloh (2021) menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *culture shock* pada santri baru. Andre dan Huwae (2022) juga membahas hubungan dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa rantau asal Kalimantan di Salatiga. Alnadi dan Sari (2021) menjelaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman berhubungan dengan penyesuaian diri mahasiswa yang menjalani pendidikan jauh dari daerah asal. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya psikososial yang relevan bagi individu yang menghadapi transisi dan tekanan adaptasi.

Penelitian terdahulu sebagian besar dilakukan pada mahasiswa perantau, mahasiswa yang tinggal di asrama, dan santri baru. Taruna/kadet tingkat I di pendidikan maritim memiliki

karakteristik yang berbeda karena menjalani kehidupan berasrama, pembinaan disiplin semi-militer, budaya komando, aktivitas fisik, serta tuntutan akademik dan praktik yang padat. Karakteristik tersebut dapat membentuk pengalaman adaptasi yang berbeda dibandingkan mahasiswa di perguruan tinggi umum. Penelitian mengenai hubungan persepsi dukungan sosial dan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I di Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia masih terbatas. Keterbatasan penelitian pada kelompok tersebut menunjukkan pentingnya pengujian empiris mengenai hubungan kedua variabel pada taruna/kadet tingkat I.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai hubungan kedua variabel pada taruna/kadet tingkat I. Hasil penelitian juga dapat menjadi masukan bagi institusi dalam mengembangkan program orientasi, pendampingan taruna baru, penguatan relasi teman sebaya, serta layanan konseling. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I. Semakin tinggi persepsi dukungan sosial, semakin rendah *culture shock* yang dialami taruna/kadet.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Pengumpulan data dilakukan secara *cross-sectional* tanpa pemberian perlakuan atau intervensi. Persepsi dukungan sosial ditempatkan sebagai variabel bebas, sedangkan *culture shock* sebagai variabel terikat. Penelitian ini tidak dimaksudkan untuk membuktikan hubungan sebab-akibat, tetapi untuk mengidentifikasi hubungan statistik antara kedua variabel.

Populasi penelitian adalah seluruh taruna/kadet tingkat I tahun akademik 2025/2026. Partisipan berjumlah 229 taruna/kadet dari Program Studi Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhanan, Nautika, dan Teknika yang dipilih menggunakan *simple random sampling*. Kriteria partisipan adalah taruna/kadet tingkat I yang aktif mengikuti pendidikan dan bersedia berpartisipasi. Pengumpulan data dilakukan secara sukarela dengan memperhatikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan kerahasiaan data.

Instrumen penelitian terdiri atas dua skala Likert empat poin (Sugiyono, 2023). Persepsi dukungan sosial diukur menggunakan skala yang mengacu pada *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* dari Zimet et al. (1988), terdiri atas 18 item dengan dimensi *family support*, *friend support*, dan *significant others*. *Culture shock* diukur menggunakan skala berdasarkan model ABC dari Ward et al. (2001), terdiri atas 20 item yang mencakup dimensi *affect*, *behavior*, dan *cognition*. Validitas isi instrumen dilakukan melalui *expert judgment* oleh tiga ahli dan dianalisis menggunakan koefisien *Aiken's V*. Reliabilitas diuji menggunakan *Cronbach's Alpha*, dengan hasil 0,952 untuk skala persepsi dukungan sosial dan 0,858 untuk skala *culture shock*, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel.

Tabel 1. Instrumen Penelitian

Variabel	Item	α
Persepsi dukungan sosial	18	0,952
<i>Culture shock</i>	20	0,858

Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik partisipan dan skor kedua variabel. Uji asumsi meliputi normalitas residual dan linearitas. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* pada taraf signifikansi 0,05. Regresi linear sederhana digunakan sebagai analisis tambahan untuk memperoleh koefisien determinasi (R^2), yaitu proporsi variasi *culture shock* yang dapat dijelaskan secara statistik oleh persepsi dukungan sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 229 taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Karakteristik partisipan ditinjau berdasarkan jenis kelamin, program studi, dan asal daerah. Gambaran karakteristik partisipan diperlukan untuk menunjukkan keberagaman latar belakang taruna/kadet yang menjalani proses adaptasi terhadap kehidupan pendidikan berasrama.

Tabel 2. Karakteristik Partisipan Penelitian

Karakteristik	Kategori	fr	%
Jenis kelamin	Laki-laki	188	82,1
	Perempuan	41	17,9
	Total	229	100,0
Program studi	KALK	71	31,0
	Nautika	100	43,7
	Teknika	58	25,3
	Total	229	100,0
Asal daerah	Jawa Barat	80	34,9
	DKI Jakarta	55	24,0
	Provinsi lain	94	41,0
	Total	229	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan adalah laki-laki sebanyak 188 orang (82,1%), sedangkan partisipan perempuan berjumlah 41 orang (17,9%). Partisipan terbanyak berasal dari Program Studi Nautika sebanyak 100 orang (43,7%), diikuti oleh Program Studi KALK sebanyak 71 orang (31,0%), serta Program Studi Teknika sebanyak 58 orang (25,3%). Partisipan berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Partisipan terbanyak berasal dari Jawa Barat sebanyak 80 orang (34,9%), diikuti DKI Jakarta sebanyak 55 orang (24,0%). Kelompok partisipan yang berasal dari provinsi lain berjumlah 94 orang (41,0%).

Uji validitas isi instrumen dilakukan melalui *expert judgment* dan dianalisis menggunakan koefisien Aiken's V. Hasil penilaian menunjukkan bahwa seluruh item skala persepsi dukungan sosial dan *culture shock* memenuhi kesesuaian dengan dimensi serta indikator yang diukur. Instrumen penelitian dinyatakan layak digunakan dalam pengumpulan data. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala persepsi dukungan sosial memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,952, sedangkan skala *culture shock* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,858. Kedua nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik.

Uji normalitas dan uji linearitas dilakukan sebelum pengujian hipotesis. Hasil uji asumsi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Asumsi

Uji	p	Ket.
Normalitas	0,246	Normal
Linearitas	0,000	Linear

Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig. pada uji normalitas residual sebesar 0,246. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga residual data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *Linearity* sebesar $p=0,000$. Nilai tersebut mengindikasikan adanya komponen hubungan linear antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock*. Hasil uji asumsi mendukung penggunaan korelasi *Pearson Product Moment* untuk pengujian hipotesis.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil pengujian hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock* disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan *Culture Shock*

r	p	N	R ²
-0,486	0,000	229	0,236

Tabel 4 menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan *culture shock* ($r=-0,486$; $p=0,000$; $N=229$). Nilai absolut koefisien korelasi sebesar 0,486 menunjukkan kekuatan hubungan sedang. Taruna/kadet dengan persepsi dukungan sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki *culture shock* yang lebih rendah. Taruna/kadet dengan persepsi dukungan sosial yang lebih rendah cenderung memiliki *culture shock* yang lebih tinggi.

Nilai koefisien determinasi sebesar $R^2=0,236$ menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial menjelaskan 23,6% variasi *culture shock* dalam model statistik. Variasi sebesar 76,4% berkaitan dengan faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Hasil pengujian menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yaitu terdapat hubungan negatif dan signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Koefisien korelasi sebesar $r=-0,486$ dengan $p<0,001$ menunjukkan bahwa taruna/kadet yang memiliki persepsi dukungan sosial lebih tinggi cenderung mengalami *culture shock* yang lebih rendah. Nilai absolut koefisien korelasi sebesar 0,486 menunjukkan kekuatan hubungan sedang. Temuan tersebut mendukung hipotesis penelitian dan menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan merupakan sumber daya psikososial yang relevan bagi taruna/kadet selama menjalani masa awal pendidikan.

Taruna/kadet tingkat I menghadapi perubahan besar ketika berpindah dari kehidupan sebelumnya menuju lingkungan pendidikan berasrama dengan pembinaan semi-militer. Kehidupan sehari-hari tidak hanya diatur melalui jadwal akademik, tetapi juga melalui tata tertib, kegiatan fisik, pembinaan karakter, kehidupan komunal, serta hubungan sosial yang memiliki struktur dan hierarki. Perubahan tersebut menuntut taruna/kadet untuk menyesuaikan pola aktivitas, kebiasaan, cara berkomunikasi, dan cara memaknai aturan yang berlaku. Tuntutan adaptasi dapat terasa lebih berat apabila taruna/kadet belum memiliki pengalaman tinggal di asrama atau jauh dari keluarga.

Persepsi dukungan sosial dapat membantu taruna/kadet menghadapi tuntutan tersebut karena individu merasa memiliki orang-orang yang dapat diandalkan ketika mengalami kesulitan. Dukungan sosial tidak menghilangkan seluruh tuntutan pendidikan yang harus dijalani. Dukungan sosial dapat membantu taruna/kadet memandang tuntutan tersebut sebagai situasi yang lebih dapat dihadapi. Taruna/kadet yang merasa diperhatikan, diterima, dan didengarkan cenderung memiliki rasa aman yang lebih baik ketika menghadapi perubahan lingkungan pendidikan.

Persepsi dukungan sosial dalam penelitian ini terdiri atas tiga dimensi, yaitu *family support*, *friend support*, dan *significant others*. Setiap dimensi memiliki relevansi dalam kehidupan taruna/kadet tingkat I. Keluarga memberikan dukungan dari luar lingkungan asrama, teman sebaya memberikan dukungan yang paling dekat dengan pengalaman sehari-hari, sedangkan orang penting lainnya dapat memberikan arahan serta penguatan dalam menghadapi tuntutan institusi.

Dimensi *family support* menggambarkan persepsi taruna/kadet bahwa keluarga menyediakan perhatian, komunikasi, penerimaan, dan bantuan ketika diperlukan. Taruna/kadet yang tinggal jauh dari rumah dapat mengalami kerinduan terhadap keluarga, kekhawatiran terhadap tuntutan pendidikan, dan kebutuhan untuk tetap merasa dekat dengan orang-orang terdekat. Komunikasi yang positif dari keluarga dapat membantu taruna/kadet memperoleh penguatan emosional. Dukungan keluarga juga dapat memberi ruang bagi taruna/kadet untuk menceritakan kesulitan yang dialami tanpa merasa dihakimi atau dianggap tidak mampu menghadapi pendidikan.

Keluarga tidak selalu dapat hadir secara fisik selama taruna/kadet tinggal di asrama. Perasaan bahwa keluarga tersedia dan tetap peduli dapat memiliki makna psikologis yang penting. Taruna/kadet yang memersepsikan adanya dukungan keluarga dapat lebih mudah mempertahankan rasa aman, menerima perubahan, dan menghadapi rasa rindu rumah. Persepsi tersebut dapat berkaitan dengan berkurangnya tekanan emosional yang termasuk dalam dimensi *affect* pada *culture shock*.

Dimensi *friend support* juga memiliki peran penting karena teman sebaya menjadi individu yang paling dekat dengan taruna/kadet selama tinggal di asrama. Teman satu angkatan menghadapi tuntutan akademik, pembinaan, jadwal kegiatan, dan aturan yang relatif sama. Kesamaan pengalaman tersebut dapat menciptakan kesempatan untuk saling membantu, saling memberikan informasi, dan saling menguatkan. Taruna/kadet yang merasa diterima dalam kelompok cenderung memiliki rasa memiliki yang lebih baik terhadap lingkungan pendidikan.

Dukungan teman dapat berupa bantuan praktis, seperti mengingatkan jadwal kegiatan, membantu memahami tugas, menjelaskan aturan, atau mendampingi ketika menghadapi kesulitan. Dukungan teman juga dapat berbentuk kebersamaan dan kesempatan untuk berbagi pengalaman. Kehadiran teman yang dapat dipercaya dapat membantu mengurangi kesepian dan kecenderungan menarik diri. Peran tersebut berkaitan dengan dimensi *behavior* pada *culture shock*, karena teman sebaya dapat membantu taruna/kadet mempelajari perilaku, kebiasaan, dan cara berinteraksi yang sesuai dengan lingkungan pendidikan.

Dimensi *significant others* mencakup dukungan dari senior, dosen, instruktur, pembina, atau figur lain yang dipersepsikan penting oleh taruna/kadet. Dukungan dari figur tersebut dapat berupa arahan, bimbingan, penjelasan, serta komunikasi yang terbuka. Senior dan pembina dapat membantu taruna/kadet memahami alasan penerapan aturan, tujuan pembinaan, dan cara menghadapi tuntutan pendidikan. Keberadaan figur yang dirasakan aman untuk dimintai bantuan dapat mengurangi ketidakpastian selama masa awal adaptasi.

Dukungan dari orang penting lainnya juga dapat membantu taruna/kadet membentuk pemaknaan yang lebih adaptif terhadap lingkungan pendidikan. Aturan yang ketat dapat dipersepsikan sebagai pembatasan apabila taruna/kadet tidak memahami tujuan dan manfaatnya. Penjelasan dari senior, dosen, instruktur, atau pembina dapat membantu taruna/kadet memahami bahwa disiplin, jadwal terstruktur, dan pembinaan merupakan bagian dari proses pembentukan kompetensi serta profesionalisme di bidang pelayaran. Proses tersebut berkaitan dengan dimensi *cognition* pada *culture shock*, yaitu cara individu memahami serta memaknai perubahan lingkungan yang dihadapi.

Hubungan negatif antara persepsi dukungan sosial dan *culture shock* dapat dijelaskan melalui model ABC dari Ward et al. (2001). Dimensi *affect* menggambarkan pengalaman emosional, seperti kecemasan, stres, kesepian, rindu rumah, dan ketidaknyamanan.

Taruna/kadet yang memersepsikan adanya dukungan dari keluarga, teman, dan figur penting dapat memperoleh penguatan emosional ketika menghadapi tekanan. Perasaan bahwa terdapat individu yang peduli dapat berkaitan dengan berkurangnya pengalaman terisolasi serta perasaan menghadapi lingkungan baru seorang diri.

Dimensi *behavior* menggambarkan kemampuan individu menyesuaikan perilaku terhadap pola kehidupan, aturan, dan hubungan sosial yang berlaku di lingkungan baru. Taruna/kadet perlu mempelajari kebiasaan kehidupan asrama, pola komunikasi, tata tertib, serta perilaku yang dianggap sesuai. Dukungan teman dan figur penting dapat membantu proses pembelajaran tersebut melalui informasi, contoh perilaku, pengingat, maupun bantuan praktis. Taruna/kadet yang memiliki akses terhadap bantuan sosial dapat lebih mudah memperoleh informasi yang diperlukan untuk menjalani rutinitas pendidikan.

Dimensi *cognition* berkaitan dengan cara taruna/kadet memahami dan memaknai perubahan yang terjadi. Taruna/kadet dapat mengembangkan persepsi negatif terhadap lingkungan pendidikan apabila merasa tidak memiliki kontrol, tidak memahami aturan, atau merasa tidak memperoleh dukungan. Dukungan sosial dapat membantu taruna/kadet memperoleh penjelasan dan penguatan yang mendukung penafsiran lebih adaptif terhadap pengalaman pendidikan. Taruna/kadet dapat memaknai tuntutan disiplin sebagai bagian dari proses pembentukan diri, kesiapan kerja, dan profesionalisme, bukan hanya sebagai tekanan atau pembatasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rizal (2020) yang menemukan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa perantau. Temuan tersebut menunjukkan bahwa individu yang merasakan dukungan sosial lebih tinggi cenderung mengalami tekanan adaptasi yang lebih rendah ketika menghadapi lingkungan baru. Amrulloh (2021) juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *culture shock* pada santri baru. Kesamaan antara kelompok santri baru dan taruna/kadet tingkat I terletak pada pengalaman memasuki lingkungan pendidikan berasrama yang memiliki aturan serta rutinitas berbeda dari kehidupan sebelumnya.

Temuan penelitian juga sejalan dengan Andre dan Huwae (2022) yang membahas dukungan sosial dan *culture shock* pada mahasiswa rantau asal Kalimantan di Salatiga. Mahasiswa rantau menghadapi perubahan tempat tinggal, pola hubungan sosial, dan kebutuhan untuk membangun jaringan sosial baru. Taruna/kadet tingkat I menghadapi tuntutan yang lebih terstruktur karena selain tinggal jauh dari keluarga, mereka juga perlu beradaptasi terhadap pembinaan semi-militer, tata tertib, kegiatan fisik, serta kehidupan asrama. Kesamaan hasil pada kelompok yang berbeda menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial dapat menjadi sumber daya yang relevan dalam berbagai situasi transisi.

Alnadi dan Sari (2021) menemukan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan penyesuaian diri mahasiswa Sumatera yang menjalani pendidikan di luar daerah asal. Hasil tersebut memperkuat pemahaman bahwa dukungan keluarga, teman, dan lingkungan pendidikan dapat membantu individu membangun penyesuaian diri yang lebih baik. Rahmawati dan Hidayat (2022) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat menjadi prediktor penyesuaian diri mahasiswa perantau. Hasil penelitian ini memperluas temuan tersebut pada kelompok taruna/kadet tingkat I yang menjalani pendidikan maritim berasrama.

Nilai $R^2=0,236$ menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial menjelaskan 23,6% variasi *culture shock* dalam model statistik. Besaran tersebut menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial memiliki keterkaitan yang berarti dengan *culture shock*, tetapi bukan satu-satunya variabel yang berhubungan dengan kesulitan adaptasi taruna/kadet. Sebanyak 76,4% variasi *culture shock* berkaitan dengan faktor lain di luar variabel penelitian. Faktor tersebut dapat mencakup kesiapan menghadapi kehidupan berasrama, pengalaman tinggal jauh dari keluarga, karakteristik kepribadian, strategi koping, kemampuan regulasi emosi, resiliensi, keterampilan komunikasi, dan pengalaman lintas budaya sebelumnya.

Ward et al. (2001) menjelaskan bahwa proses adaptasi terhadap lingkungan baru dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu, perbedaan budaya, pengalaman sebelumnya, kemampuan komunikasi, dan intensitas interaksi sosial. Taruna/kadet yang memiliki pengalaman hidup di asrama, pernah tinggal jauh dari keluarga, atau memiliki jaringan pertemanan yang telah terbentuk dapat menghadapi proses adaptasi secara berbeda dibandingkan taruna/kadet yang belum memiliki pengalaman tersebut. Penelitian berikutnya dapat memasukkan variabel seperti resiliensi, regulasi emosi, strategi koping, *self-efficacy*, kesiapan merantau, dan kemampuan adaptasi untuk memperoleh gambaran yang lebih luas mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan *culture shock*.

Temuan penelitian memiliki implikasi praktis bagi Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Institusi dapat memperkuat program orientasi taruna/kadet baru yang tidak hanya berisi pengenalan tata tertib, jadwal kegiatan, dan prosedur akademik, tetapi juga pengenalan sumber dukungan yang dapat diakses ketika taruna/kadet mengalami kesulitan. Pengenalan sejak awal dapat membantu taruna/kadet mengetahui kepada siapa mereka dapat meminta bantuan ketika mengalami masalah penyesuaian diri, kesulitan akademik, konflik sosial, atau tekanan emosional.

Program pendampingan teman sebaya dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan persepsi dukungan sosial. Taruna/kadet baru dapat didampingi oleh teman seangkatan yang memiliki kemampuan komunikasi baik atau oleh senior yang telah mendapat pembekalan mengenai peran pendamping. Pendampingan dapat berisi pemberian informasi praktis, pengenalan lingkungan asrama, penguatan emosional, serta rujukan kepada pembina atau layanan konseling apabila diperlukan. Pelaksanaan program perlu dilakukan dengan komunikasi yang suportif dan tidak menimbulkan tekanan tambahan bagi taruna/kadet baru.

Senior, dosen, instruktur, dan pembina memiliki posisi penting dalam membangun persepsi dukungan dari *significant others*. Komunikasi yang jelas, arahan yang konsisten, serta kesempatan bagi taruna/kadet untuk menyampaikan kesulitan dapat membantu menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih mendukung proses adaptasi. Keluarga juga dapat dilibatkan melalui pemberian informasi mengenai bentuk dukungan emosional yang sesuai, pentingnya komunikasi positif, serta kebutuhan taruna/kadet selama menjalani masa awal pendidikan berasrama.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pengambilan data dilakukan pada satu periode, sehingga hasil penelitian tidak dapat menjelaskan perubahan *culture shock* sepanjang masa pendidikan. Desain korelasional tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat. Data diperoleh melalui kuesioner pengisian diri, sehingga respons partisipan dapat dipengaruhi oleh pemahaman terhadap item dan kecenderungan memberikan jawaban yang dianggap sesuai. Penelitian hanya melibatkan taruna/kadet tingkat I pada satu institusi pendidikan. Penelitian berikutnya dapat menggunakan desain longitudinal, melibatkan institusi pendidikan maritim lain, dan memasukkan variabel psikologis tambahan agar pemahaman mengenai proses adaptasi taruna/kadet menjadi lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan *culture shock* pada taruna/kadet tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran Indonesia. Hasil korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan nilai $r = -0,486$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hal ini berarti taruna/kadet yang memiliki persepsi dukungan sosial lebih tinggi cenderung mengalami *culture shock* yang lebih rendah, sedangkan taruna/kadet dengan persepsi dukungan sosial lebih rendah cenderung mengalami *culture shock* yang lebih tinggi.

Nilai koefisien determinasi sebesar $R^2 = 0,236$ menunjukkan bahwa persepsi dukungan sosial menjelaskan 23,6% variasi *culture shock* dalam model penelitian. Sisanya, sebesar 76,4%, berkaitan dengan faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini, seperti resiliensi,

strategi koping, regulasi emosi, pengalaman tinggal jauh dari keluarga, kesiapan menghadapi kehidupan berasrama, kemampuan komunikasi, dan pengalaman adaptasi sebelumnya.

Hasil penelitian menegaskan pentingnya persepsi dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, serta orang penting lainnya bagi taruna/kadet tingkat I. Dukungan tersebut dapat membantu mereka menghadapi perubahan rutinitas, kehidupan berasrama, tuntutan disiplin, dan hubungan sosial di lingkungan pendidikan yang baru. Kesimpulan penelitian ini bersifat korelasional dan tidak menunjukkan hubungan sebab-akibat.

Institusi pendidikan dapat mengembangkan program orientasi yang tidak hanya berfokus pada pengenalan tata tertib, jadwal kegiatan, dan prosedur akademik, tetapi juga membantu taruna/kadet mengenali sumber dukungan yang dapat diakses ketika mengalami kesulitan. Program pendampingan teman sebaya maupun pendampingan oleh senior atau pembina dapat digunakan untuk membantu taruna/kadet memahami kehidupan asrama, membangun relasi sosial, serta memperoleh bantuan praktis selama masa awal pendidikan.

Dosen, instruktur, senior, dan pembina diharapkan membangun komunikasi yang suportif melalui arahan yang jelas, kesempatan konsultasi, serta respons yang terbuka terhadap kesulitan adaptasi taruna/kadet. Keluarga juga dapat berperan dengan mempertahankan komunikasi, memberikan perhatian, dan menyediakan penguatan emosional agar taruna/kadet tetap merasa didukung meskipun tinggal jauh dari rumah.

Penelitian berikutnya disarankan menggunakan desain longitudinal untuk mengamati perubahan *culture shock* sejak masa orientasi hingga beberapa tahap pendidikan berikutnya. Studi lanjutan juga dapat melibatkan institusi pendidikan maritim lain dan memasukkan variabel seperti resiliensi, regulasi emosi, strategi koping, kesiapan merantau, *self-efficacy*, serta kemampuan adaptasi agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi proses adaptasi taruna/kadet.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, P. S. (1975). The transitional experience: An alternative view of culture shock. *Journal of Humanistic Psychology*, 15(4), 13–23.
- Alnadi, A., & Sari, C. A. K. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa Sumatera di UIN Sayyid Ali Rahmatullah. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 16(2), 153–165. <https://doi.org/10.30659/jp.16.2.153-165>
- Amrulloh, N. (2021). *Hubungan social support dengan culture shock santri baru di SMA Bayt Al Hikmah Pasuruan* [Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim].
- Andre, W., & Huwae, A. (2022). Dukungan sosial dan culture shock pada mahasiswa rantau asal Kalimantan di Salatiga. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1249–1258. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawaililmiah.v2i4.4311>
- Azwar, S. (2023). *Reliabilitas dan validitas (5th ed.)*. Pustaka Pelajar.
- Christianti, A., & Wati, C. L. S. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau yang berdomisili di dormitory Unika Atma Jaya. *Psiko Edukasi*, 21(2), 106–122.
- Dwiana, E. (2023). *Hubungan antara culture shock dengan penyesuaian diri pada santri baru YPM Al-Rifaie Satu* [Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim].
- Maghfiroh, H. (2021). *Hubungan antara dukungan sosial dengan culture shock pada santri baru kelas VII di Pondok Pesantren Darul Lughah Wal Karomah Kraksaan* [Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim].

- 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>.
- Oberg, K. (1960). Culture shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7(4), 177–182.
- Rahmawati, N., & Hidayat, M. (2022). Dukungan sosial sebagai prediktor penyesuaian diri mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(2), 85–96.
- Rizal, M. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan culture shock pada mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 44–53.
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (3rd ed.)*. Alfabeta.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The psychology of culture shock (2nd ed.)*. Routledge.
- Wijanarko, E., et al. (2017). Faktor-faktor yang memengaruhi culture shock mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(2), 145–156.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2