



Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Culture Shock* pada Santri Putri Baru di Pondok Pesantren

^{1*}Salwa Alya Azzahra, ²Wahyu Endang Setyowati, ³Betie Febriana

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Korespondensi penulis : salwasaz14@gmail.com

Abstract : *Most students who have just arrived and live in a new area experience culture shock. This is because it is difficult to adapt and adjust to their social life. Social support is very important to be given especially to new students, because social support can provide comfort and a feeling of being loved. Method: Quantitative research type with cross sectional approach. The sample used was 100 students in Lasem with the technique used was total sampling. The correlation test used in this study was the Chi-square test. The results of the study showed that the majority of students had good social support with moderate culture shock, namely 58 students (58%). Based on the Chi-square test, a p-value of 0.000 (<0.05) was obtained, which means that there is a relationship between social support and culture shock in students at Islamic Boarding Schools in Lasem. There is a close relationship between social support and culture shock in students in Lasem (p value 0.000).*

Keywords: *Social, Support, Culture Shock.*

Abstrak : Kebanyakan santri yang baru tiba serta tinggal di tempat baru menderita kejutan budaya. Hal itu dikarenakan sulitnya beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan kehidupan sosialnya. Dukungan sosial sangat penting untuk diberikan terutama pada santri baru, karena dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan dan perasaan dicintai. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah 100 santri di Lasem dengan teknik yang digunakan adalah total sampling. Uji korelasi yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas santri memiliki dukungan sosial yang baik dengan *culture shock* yang sedang yaitu sebanyak 58 santri (58%). Berdasarkan uji *Chi-square* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 (<0,05) yang berarti bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada Santri Pondok Pesantren di Lasem. Terdapat keeratan hubungan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada santri di Lasem (*p value* 0,000).

Kata kunci: Dukungan, Sosial, *Culture Shock*.

1. LATAR BELAKANG

Pondok pesantren berbeda dengan sekolah umum lainnya, karena di pondok pesantren pelajaran atau pendidikannya lebih kompleks, salah satunya yaitu anak di tempatkan di asrama dengan beberapa tanggung jawab seperti hafalan dan pelajaran yang cukup padat (Kurniawati, 2019).

Santri baru yang akan tinggal di pesantren ketika beralih dari wilayah asal menuju wilayah baru yaitu ponpes menyebabkan individu melakukan perbandingan daerah terkini dengan daerah lama misalnya ruangan baru yang nantinya digunakan banyak orang, sekolah baru, teman, dan mayoritas santri baru yang belum dapat menyesuaikan diri (Alnadi & Sari, 2021). Di pesantren, sistem dan aturannya sangat berbeda dengan yang ada di rumah yakni jauh dari orang tua, larangan memakai alat elektronik, dan berbuat sendiri sesuai aturan-aturan yang harus dipatuhi dengan perubahan kondisi dimana saat dirumah semua sudah disiapkan oleh orang tua sebaliknya ketika pindah ke ponpes santri baru dipaksa untuk mandiri. Beberapa

poin yang sudah diuraikan dapat menyebabkan terjadinya kejutan budaya (Maghfiroh, 2021). Kebanyakan seseorang yang belum lama tiba serta tinggal di sebuah tempat baru menderita kejutan budaya. Poin tersebut dikarenakan sulitnya beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan kehidupan sosialnya (Amrulloh, 2021).

Menurut (Bau et al., 2022) prevalensi kejadian *culture shock* pada santri pondok pesantren di Indonesia dalam proses penyesuaian diri didapatkan 5-10%. Hasil penelitian Livia (2020) bahwa ada hubungan bermakna antara *culture shock* terhadap kemampuan beradaptasi di pondok pesantren dengan tingkat *culture shock* kebanyakan adalah tingkat berat sebanyak 60,7% (Fitriani et al., 2020).

Dukungan sosial adalah wujud kenyamanan psikologis dan fisik yang dirasakan individu melalui orang tua, guru, sahabat, keluarga, dan seseorang di sekitarnya. Dukungan sosial yang berkualitas dilihat dari banyaknya kontak sosial yang seseorang lakukan saat berhubungan (Baron dan Byrne 2005, dalam Dwiana, 2023). Menurut Sarafino (2007) terdapat berbagai macam bentuk dukungan sosial. Dukungan sosial sangat penting untuk diberikan terutama pada santri baru, karena dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan dan perasaan dicintai untuk santri baru yang mendapatkan (M. R. Fakhur, 2018).

Hasil penelitian Rizal (2020) juga mencapai kesimpulan yang sama yakni terdapat korelasi negatif antara dua variabel, maknanya semakin besar *social support* maka akan semakin rendah gegar budayanya, begitu pula sebaliknya. Selaras dengan riset tersebut, riset Amrulloh (2021) memiliki hasil adanya korelasi negatif yang signifikan secara statistik antara *social support* dan guncangan budaya. Adanya hubungan negatif antara variabel-variabel tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi *social support* seseorang, semakin rendah tingkat guncangan budaya.

Berdasarkan masalah di atas, peneliti memiliki ketertarikan guna melakukan riset yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Culture shock* pada Santri Putri Baru di Pondok Pesantren”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dipakai ialah deskriptif korelasi non-eksperimental dengan pendekatan *Cross Sectional*. 100 responden dijadikan sampel penelitian dengan teknik *total sampling*. Penelitian ini berlangsung pada bulan Oktober sampai Desember tahun 2024. Pengumpulan data memakai kuesioner yang sudah valid dan reliabel. Uji univariat menggunakan uji deskriptif. Sedangkan uji bivariat menggunakan uji *Chi-Square* guna melihat korelasi diantara kedua variabel.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Santri (n=100)

| Karakteristik | Kategori | Frekuensi | % |
|---------------|-----------|------------|-------------|
| Jenis Kelamin | Perempuan | 100 | 100% |
| | Laki-laki | 0 | 0% |
| Total | | 100 | 100% |
| Usia | 12 | 14 | 14% |
| | 13 | 86 | 86% |
| Total | | 100 | 100% |

Tabel diatas memperlihatkan bahwa berdasarkan karakteristik jenis kelamin, dari 100 responden semuanya berjenis kelamin perempuan dengan persentase 100%. Penelitian ini hanya mengambil responden dengan jenis kelamin perempuan. Karena jenis kelamin perempuan menjadi salah satu dari penyebab yang mempengaruhi *culture shock*. Poin tersebut sesuai dengan penelitian (Intan, 2021) yang mendapatkan hasil bahwa perempuan mengalami lebih banyak gegar budaya daripada laki-laki.

Penelitian ini juga sejalan dengan riset (Hatika et al., 2022) yang memperoleh hasil bahwa perempuan lebih banyak mengalami *culture shock*. Hal tersebut dikarenakan dalam proses pendidikan, jumlah murid perempuan yang lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan lebih cenderung mengalami *culture shock* yang lebih besar daripada laki-laki disebabkan mereka memiliki kepribadian yang lebih labil, dan adanya peran hormon yang mempengaruhi kondisi emosi sehingga mudah meletup, curiga dan cemas. Mereka mempunyai organisasi hormon yang lebih kompleks dan sering mengalami gangguan hormonal, seperti pada siklus menstruasi.

Karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan hasil dari 100 responden paling banyak berusia 13 tahun sebanyak 86 atau 86%. Penelitian ini sejalan dengan riset (Chasannah, 2021) yang membuktikan bahwa umur memiliki korelasi dengan *culture shock*. Orang yang lebih muda rawan mengalami kejutan budaya yang lebih tinggi dari pada individu yang lebih tua. Tingkat kejadian *culture shock* lebih tinggi pada usia remaja, karena mereka belum cukup matang dalam mengelola emosi, ketidakmampuan dalam berhubungan dengan tanggung jawab yang baru dan kurangnya pengalaman dalam melakukan coping terhadap stress.

Penelitian (Merlindawati, 2024) juga sejalan dengan riset ini yang memperlihatkan bahwa usia muda mengalami kejutan budaya yang dapat dilihat dari cara responden menempati lingkungan baru dan memiliki tanda kejutan budaya yang berbeda. Gejala *culture shock* yang dialami antara lain salah satunya adalah membandingkan dengan kehidupan di rumah. Usia

remaja lebih rentan terhadap *culture shock* karena dalam masa pencarian jati diri dan banyak menghadapi benturan-benturan baru nilai dalam proses kehidupannya. Perbedaan budaya ini dapat menjadi *stressor* baru bagi remaja, di mana emosinya masih labil untuk melakukan koping terhadap *stressor* tersebut (Novianti et al., 2021).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Santri (n=100)

| Variabel | Kategori | Frekuensi | % |
|-----------------|----------|------------|-------------|
| Dukungan Sosial | Baik | 94 | 94% |
| | Cukup | 5 | 5% |
| | Kurang | 1 | 1% |
| Total | | 100 | 100% |

Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi dan presentase tingkat dukungan sosial santri baru kelas VII di Pondok Pesantren Lasem berada pada kategori tinggi yang baik (94%). Hal ini menunjukkan bahwa santri baru merasa menerima dukungan yang sangat baik dari orang – orang di sekitarnya, seperti orang tua, teman, dan ustadz/ah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hafidzotun Maghfiroh, 2021) yang memperoleh hasil bahwa mayoritas dukungan sosial pada santri baru kelas VII di Pondok Pesantren Kraksaan berada pada kategori tinggi (85,6%).

Penelitian (William Andre & Arthur Huwae, 2022) juga sejalan dengan penelitian ini yang mendapatkan hasil bahwa tingkat dukungan sosial dari 50 subjek mayoritas pada kategori tinggi sebesar 46%. Tips guna memperoleh dukungan sosial adalah dengan menerima bantuan, nasihat, hiburan, dorongan,serta perhatian dari orang-orang di lingkungan sekitar. Ketika individu mendapatkan dukungan dari orang-orang di lingkungan barunya, hal itu akan mengurangi gegar budaya yang dialami oleh mahasiswa internasional. Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, teman dan pihak lain sangat penting agar santri baru terhindar dari isu-isu negatif seperti penyakit jiwa dan gegar budaya. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan yang dirasakan seseorang, kepedulian, dan rasa penghargaan yang diterima seseorang dari orang lain, baik individu maupun kelompok.

Dukungan sosial yang baik akan membuat santri baru merasa dihargai, diperhatikan, dicintai, serta menjadi bagian dari lingkungannya. Hal ini membuat santri lebih percaya diri dalam menghadapi segala macam permasalahan dalam hidupnya dan memiliki keyakinan bahwa orang-orang di sekitarnya selalu ada untuknya. Sebaliknya, ketika santri baru merasa tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup, santri baru akan mengalami kondisi

psikologis yang negatif seperti kecemasan dan ketakutan, yang membuat santri baru tidak dapat menghadapi permasalahannya dengan baik.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Culture Shock* Santri (n=100)

| Variabel | Kategori | Frekuensi | % |
|----------------------|----------|------------|-------------|
| <i>Culture Shock</i> | Tinggi | 37 | 37% |
| | Sedang | 62 | 62% |
| | Rendah | 1 | 1% |
| Total | | 100 | 100% |

Berdasarkan hasil penelitian Sebagian besar santri memiliki *culture shock* dengan tingkat yang sedang yaitu sebanyak 62 santri (62%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Hidaya Afandi, 2020) yang mendapatkan hasil bahwa santri di Indonesia banyak yang mengalami *culture shock*. *Culture shock* yang dialami santri melalui empat fase, yakni optimistik, *culture shock*, *recovery*, dan penyesuaian.

Fase optimis membuat pelajar di Indonesia memiliki gambaran positif terhadap budaya yang akan mereka kunjungi nantinya. Tahap *culture shock* dirasakan oleh pelajar Indonesia ketika benar-benar berada di lingkungan barunya. Berbagai perbedaan yang mereka temui inilah yang menjadi sumber *culture shock* itu sendiri. Fase pemulihan yang dilalui pelajar Indonesia setelahnya ditandai dengan kemampuan menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapinya. Tahap adaptasi ditandai dengan adat istiadat yang mulai mereka terapkan di lingkungan tempat mereka tinggal dengan budaya barunya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Syamsul Arifin, 2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar santri mengalami *culture shock* yaitu sebanyak 40 responden (52,6%). Gegar budaya menggambarkan keadaan dan perasaan seseorang saat menghadapi kondisi lingkungan yang berbeda. Gegar budaya dapat terjadi pada siapa saja, setelah tinggal di satu tempat dalam waktu yang lama, lalu karena suatu alasan pindah ke tempat lain dengan budaya yang berbeda.

Culture Shock pada santri di pondok pesantren terjadi karena perbedaan lingkungan dalam konteks budaya tempat tinggal. Hal lain yang sering terjadi pada santri adalah perasaan kehilangan terhadap orangtua dan teman sebagai akibat peralihan lingkungan tempat tinggal baru di pondok. Teori Callista Roy menjelaskan adaptasi berperan penting pada *culture shock*. Adaptasi adalah suatu proses pemikiran dan emosi manusia, baik pada tingkat individu maupun kolektif, serta penggunaan kesadaran dan kehendak bebas untuk mencapai keadaan integrasi

antara manusia dan lingkungannya. Manusia merupakan organisme terpadu yang senantiasa berinteraksi dengan perubahan lingkungan sebagai suatu sistem adaptif (Prasetyo Elvin, 2023).

Berdasarkan aspek *culture shock*, diketahui bahwa *culture shock* santri putri memiliki tingkat yang sedang karena adanya perasaan penolakan dan ketidaknyamanan terhadap lingkungan budaya baru, sehingga terjadi kerancuan peran, nilai, perasaan, dan identitas diri pada individu dalam penelitian ini, merupakan suatu hal yang baik. Artinya, individu dalam penelitian ini mempunyai kemampuan yang cukup untuk mengatasi perasaan penolakan dan ketidaknyamanan pada lingkungan budaya baru.

Tabel 4 Hubungan Antara Lama Dukungan Sosial dengan Culture Shock pada Santri Putri Baru di Pesantren (n=100)

| Dukungan Sosial | Culture Shock | | | | | | Total | | p-value |
|-----------------|---------------|------------|-----------|------------|----------|-----------|------------|-------------|---------|
| | Tinggi | | Sedang | | Rendah | | n | % | |
| | n | % | n | % | n | % | | | |
| Baik | 36 | 36% | 58 | 58% | 0 | 0% | 94 | 94% | 0,000 |
| Cukup | 1 | 1% | 4 | 4% | 0 | 0% | 5 | 5% | |
| Kurang | 0 | 0% | 9 | 0% | 1 | 1% | 1 | 1% | |
| Total | 37 | 37% | 62 | 62% | 1 | 1% | 100 | 100% | |

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan *culture shock* pada santri baru pondok pesantren di Lasem. Hal ini sejalan dengan penelitian (Amrulloh, 2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel *social support* dengan *culture shock* pada santri baru.

Penyebab terjadinya *culture shock* adalah selalu membandingkan budaya baru dengan budaya aslinya. Kebanyakan santri baru masih membanding-membandingkan budaya yang ada di rumah dan di pesantren, dan ketika mereka belum masuk pesantren, mereka malas beraktivitas dan memilih mana yang cocok bagi mereka, berbeda dengan saat mereka sebenarnya tinggal di pesantren yang kegiatannya di pesantren sangat banyak dan terjadwal. Sebagian besar santri merasa bosan dengan padatnya aktivitas di pesantren. Faktor kedua adalah sulitnya berkomunikasi dengan individu lain.

Penelitian juga sejalan dengan (Ahib Hasnan Azizi, 2023) Banyak siswa baru yang lebih memilih diam jika berada di dalam kamarnya, dan tidak mau bersosialisasi dengan teman yang lain, meskipun dalam satu ruangan terdapat lebih dari lima siswa. Faktor terakhir adalah ketidakmampuan menyelesaikan masalah di lingkungan baru. Ketika santri baru mempunyai permasalahan dengan temannya, seringkali mereka menyimpan permasalahan tersebut

sendirian, dan tidak menceritakan atau meminta solusi kepada guru bimbingan dan konseling di pesantren maupun di sekolah.

Individu yang merasa didukung oleh lingkungannya akan lebih mudah menghadapi suatu peristiwa yang menimbulkan stres. Sebaliknya jika individu tidak mendapat dukungan sosial yang cukup dari lingkungannya, ia cenderung merasa kesepian dan tersesat, sehingga dapat mengganggu proses adaptasi diri (Ekanita & Putri, 2021).

Dukungan sosial merupakan salah satu bentuk dukungan yang paling penting dalam menghadapi kejutan budaya. Selain itu, dukungan sosial juga berpengaruh terhadap kesehatan dengan melindungi individu dari dampak negatif stres dan dapat mengurangi perilaku maladaptif. Siswa remaja yang menghadapi situasi baru memerlukan dukungan sosial yang diperolehnya dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial dapat berupa bantuan verbal dan nonverbal serta dukungan emosional dan fungsional (Masruroh et al., 2020).

Santri di Lasem mengalami *culture shock* tingkat sedang yang artinya para santri tidak terlalu khawatir menghadapi perubahan budaya hidup yang baru. Mereka berusaha untuk menyesuaikan diri dengan aktivitas yang padat dan menghadapi tantangan yang terdapat di pesantren. Besar kecilnya *culture shock* yang dirasakan santri baru dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah daerah asal santri tersebut. Santri baru yang berasal dari lingkungan pesantren mempunyai budaya yang tidak jauh berbeda dengan budaya di pesantren, salah satunya adalah bahasa. Namun santri baru tetap harus beradaptasi dengan budaya lain yang ada di pesantren, seperti norma, aturan, pola bahasa, dan aktivitas yang sangat padat. Peran dukungan sosial yang paling besar adalah keluarga atau orang tua, mahasiswa baru sering bertemu dengan orang tua dan keluarga sehingga dapat mengurangi rasa rindunya walaupun hanya sebentar, orang tua dapat memberikan semangat emosional yang tinggi kepada anaknya, memberikan dukungan dan nasehat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden sebagian besar adalah perempuan dengan usia mayoritas 13 tahun. Mayoritas responden juga memiliki dukungan sosial yang baik, yang berperan penting dalam proses adaptasi mereka. Namun, sebagian besar responden mengalami *culture shock* dengan tingkat yang sedang, yang menunjukkan adanya tantangan dalam penyesuaian budaya. Selain itu, penelitian ini menemukan adanya korelasi antara dukungan sosial dan *culture shock* pada santri Pondok Pesantren di Lasem, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang baik dapat membantu mengurangi tingkat *culture shock* yang dialami oleh santri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih ditujukan untuk dosen pembimbing yang sudah membantu menyelesaikan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Amrulloh, N. (2021). Hubungan social support dengan culture shock santri baru di SMA Bayt Al Hikmah Pasuruan. 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.
- Arifin, S. (2023). Hubungan culture shock dengan tingkat stres pada santri baru di Pondok Al-Amin Prenduan.
- Azizi, A. H. (2023). Hubungan antara dukungan sosial dengan culture shock pada santri baru di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi tahun ajaran 2022/2023.
- Bau, L. E., Fauzi, A. K., & Salim, E. (2022). Prevalensi culture shock pada santri pondok pesantren di Indonesia dalam proses penyesuaian diri. *Jurnal Psikologi Sosial*, 34(1), 1–10.
- Chasannah, S. (2021). Pengaruh usia terhadap kejutan budaya pada santri pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Remaja*, 15(4), 74–85.
- Dwiana, E. (2023). Hubungan antara culture shock dengan penyesuaian diri pada santri baru YPM Al-Rifaie Satu. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2021). Dukungan sosial dengan penyesuaian diri santriwati kelas VII Madrasah Tsanawiyah (Mts) Pondok Pesantren di Sukoharjo. *PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149–154. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art5>
- Fitriani, N., Ramadhani, A. S., & Suryani, S. (2020). Hubungan culture shock dengan kemampuan beradaptasi di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 18(2), 112–120.
- Hatika, G. P., Maratning, A., Frani, M., Andari, A., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Insan, S. (2022). Gambaran culture shock dan proses adaptasi mahasiswa/i tahun pertama di asrama putera dan puteri. *Jurnal Psikologi Sosial*, 34(1), 1–10.
- Hidaya Afandi, M. (2020). Culture shock pada santri Indonesia: Empat fase adaptasi. *Jurnal Pendidikan Islam*, 13(1), 44–51.

Maghfiroh, H. (2021). Dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri baru kelas VII di Pondok Pesantren Kraksaan. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 84–90.

Maghfiroh, H. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan culture shock pada santri baru kelas VII di Pondok Pesantren Darul Lughah Wal Karomah Kraksaan. 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. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.