

HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL HARDINESS* DAN *ACCULTURATIVE STRESS* PADA MAHASISWA INDONESIA YANG MERANTAU KE LUAR NEGERI

Levinna Suhandi & Laurentius Sandi Witarso

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia

Corresponding Author: laurentius.sandi@atmajaya.ac.id

ABSTRACT

Indonesian students studying abroad often face various challenges during their adaptation process, which can lead to acculturative stress. Psychological hardiness is a key factor that may help reduce this stress. It is a personality trait that enables individuals to cope with stress by viewing challenges as opportunities for growth and maintaining commitment and control in difficult situations. This study aimed to examine the relationship between psychological hardiness and acculturative stress among Indonesian students abroad. A quantitative method with correlational analysis was used, involving 140 Indonesian students who had been studying abroad for no more than two years as of October 2024. Data were collected using the Hardiness Scale and the Acculturative Stress Scale for International Students (ASSIS). The results revealed a negative correlation (-.313) between psychological hardiness and acculturative stress. Specifically, the control (-.358) and challenge (-.321) dimensions of psychological hardiness were also negatively correlated with acculturative stress. These findings suggest that students with higher psychological hardiness perceive themselves as capable of managing their environment and see change as a positive experience, which reduces stress. Future research is recommended to further explore the role of psychological hardiness in reducing acculturative stress among international students..

Keywords: *acculturative stress, psychological hardiness, international students, thesis*

PENDAHULUAN

Jumlah mahasiswa yang merantau ke luar negeri terus bertambah setiap tahunnya, namun sangat sedikit penelitian mengenai kesulitan beradaptasi bagi mahasiswa internasional. Mahasiswa yang tinggal di luar negeri disebut sebagai mahasiswa internasional. Di tahun 2021, sebanyak 6,4 juta mahasiswa di seluruh dunia merantau ke luar negeri. Menurut badan statistika UNESCO (UIS) (UNESCO's Institute for Statistics, 2023), angka tersebut menunjukkan kenaikan yang pesat dari hanya

sebanyak dua juta di tahun 2000. Indonesia menjadi negara urutan kedua terbanyak di ASEAN yang mengirim mahasiswa ke luar negeri pada tahun 2024 (Marietha, 2024).

Perpindahan antar negara ini memunculkan pengalaman asing bagi mahasiswa internasional. Mereka harus berpindah dari lingkungan rumah dan beradaptasi ke lingkungan negara asing. Proses perpindahan dan adaptasi ini disebut sebagai akulturasi (Manz, 2003). Akulturasi adalah proses meninggalkan budaya rumah dan beralih untuk beradaptasi ke nilai, budaya, serta lingkungan negara baru yang

menjadi tuan rumah (Ward & Geeraert, 2016).

Dalam proses akulturasi, mahasiswa sering mengalami kesulitan karena adanya perbedaan budaya (Kristiana et al., 2022). Ketika berada di lingkungan baru, mahasiswa internasional dapat merasakan tekanan dimana mereka harus menyesuaikan diri di lingkungan baru tanpa adanya dukungan sosial dari keluarga, harapan yang tinggi terhadap prestasi akademik dari keluarga dan lingkungan edukasi, serta budaya dan tradisi baru yang tidak mudah disesuaikan (Rajab et al., 2014). Hal lain yang dapat memunculkan tekanan adalah masalah tempat tinggal, keuangan, dan perubahan pada tipe makanan (Eustace, 2007 dalam Kristiana et al., 2022). Pengalaman terjadinya tekanan-tekanan pada proses perubahan lingkungan dapat menyebabkan *acculturative stress* (Rajab et al., 2014).

Acculturative stress adalah stres yang muncul akibat terjadinya konflik ketika individu harus menyesuaikan diri dengan budaya dan masyarakat di lingkungan baru (Berry, 2005 dalam Ren & Jiang, 2021). Maka dari ini, penting bagi mahasiswa untuk memiliki modal dalam menghadapi *acculturative stress* di lingkungan baru. Menurut hasil penelitian Gebregergis (2018), tiga faktor terbesar yang menyebabkan *acculturative stress* adalah *homesickness*, diskriminasi dan prasangka, dan gegar budaya (*culture shock*). Selain itu keterampilan berbahasa lokal negara asing, keuangan, pertemanan dengan teman asal negara asing, usia dan status pernikahan orang tua, tingkat pendidikan, dan pengalaman bepergian juga berhubungan dengan skor *acculturative stress*

(Gebregergis, 2018). Peneliti lain yaitu Sandhu dan Asrabadi (1994), menyebutkan tiga faktor terbesar yang berkontribusi terhadap *acculturative stress* adalah diskriminasi, *homesickness*, dan *perceived hate*.

Permasalahan lain yang berkontribusi terhadap tingkat *acculturative stress* mahasiswa internasional adalah agresi mikro yang dilakukan masyarakat negara asing terhadap bahasa dan ras mahasiswa internasional. Penelitian lain yang dilakukan secara kualitatif kepada mahasiswa Asia yang merantau ke Inggris menemukan beberapa permasalahan lain. Dalam proses beradaptasi, mahasiswa asal Asia merasakan kehilangan dukungan sosial dari teman dan keluarga, perasaan inferioritas, ketidakpastian, dan perasaan terkucilkan (Liu & Winder, 2015).

Mahasiswa internasional yang paling rentan terhadap *acculturative stress* adalah mahasiswa internasional dengan durasi tinggal di negara asing yang lebih pendek (Feba & Sumahi, 2018). Menurut penelitian oleh Ying (2005), mahasiswa asal Taiwan di Amerika Serikat mengalami *acculturative stress* yang intens di tahun pertama merantau dan kemudian menurun di tahun kedua. Penelitian oleh Tartakovsky (2007) menunjukkan bahwa *acculturative stress* menurun dari tahun pertama hingga tahun ketiga merantau, namun menjadi intens di tahun kedua.

Kemudian, berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Indonesia yang merantau ke Turki, ditemukan beberapa masalah lain yang dihadapi. Permasalahan tersebut terkait dengan sulitnya materi yang dipelajari,

kesulitan dalam berbahasa, kesulitan belajar, dan *culture shock*. *Culture shock* ini diakibatkan dengan budaya orang Turki yang cenderung lebih individualis dibandingkan orang Indonesia, sehingga butuh perjuangan lebih untuk bersosialisasi (Adilah & Widiasih, 2023).

Mahasiswa asal Indonesia lain yang merantau ke Mesir, Emirat Arab, Jerman, dan Jepang mengalami permasalahan seperti *culture shock* dan rindu dengan segala hal tentang Indonesia. Tiga dari lima mahasiswa tersebut mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri yang diakibatkan oleh perbedaan yang ada pada negara yang didatangi. Perbedaan tersebut seperti budaya, bahasa, adat istiadat, pola pertemanan, waktu, serta cuaca (Maulida et al., 2022). Kesulitan-kesulitan ini dapat menimbulkan kecemasan yang mungkin mengakibatkan stres (Tyas, 2017 dalam Maulida et al., 2022).

Ketika berada di lingkungan baru, terdapat beberapa hal yang menyebabkan munculnya *acculturative stress* bagi mahasiswa internasional. Hal-hal tersebut adalah permasalahan seperti perasaan *loneliness*, keinginan pulang (*homesickness*), kekesalan, kebingungan, *perceived discrimination*, *perceived stress*, dan disorientasi (Hayes & Lin, 1994; Sandhu & Asrabadi, 1994; Smith & Khawajar, 2011; Smiljanic, 2017; Tsai, Wang, & Wei, 2017, dalam Johnson et al., 2018). Adapun, gegar budaya yang dialami mahasiswa internasional ini kemudian mengakibatkan mereka terpisah dan menjauh dari kampus dan komunitas (Kusek, 2015).

Acculturative stress dapat berpengaruh secara negatif terhadap pengalaman merantau dan juga performa

(Johnson et al., 2018). Selain itu, *acculturative stress* juga dapat memunculkan masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, *psychological distress*, dan meningkatnya gejala psikosomatis (Sullivan & Kashubeck-West, 2015). Handayani dan Febriani (2017) mengatakan bahwa *acculturative stress* dapat mengakibatkan kecemasan, gangguan mental, dan fisik.

Ditemukan juga bahwa hambatan budaya merupakan salah satu hal yang sering menyebabkan mahasiswa internasional gagal menyelesaikan studinya. Terlebih lagi, pengalaman depresi yang diakibatkan *acculturative stress* ini memiliki potensi untuk berujung pada bunuh diri. Pada penelitian oleh Soemantri (2019), dilaporkan oleh salah satu penyintas bunuh diri dan depresi melalui situs liquidkermit.net bahwa kegagalan beradaptasi di budaya perantauan adalah faktor pertama yang memicu terjadinya depresi dan keinginan bunuh diri.

Apabila dialami secara berlebihan dan tidak bisa diatasi, *acculturative stress* dapat berdampak secara negatif terhadap mahasiswa internasional, terutama bagi kesehatan mental. Meskipun terdapat berbagai hal negatif, faktanya adalah bahwa mahasiswa yang merantau ke lingkungan baru harus melakukan proses akulturasi dan beradaptasi. Maka dari itu, mahasiswa internasional memiliki kemungkinan untuk mengalami *acculturative stress* dibandingkan rekan mahasiswa lokal.

Setiap mahasiswa datang dari negara berbeda dan membawa karakteristik serta kebiasaan yang berbeda-beda juga. Perbedaan antara negara asal dan negara asing memungkinkan mahasiswa internasional untuk mengalami kebingungan

dan hilangnya identitas diri. Dengan demikian, penting bagi mahasiswa internasional untuk melakukan penyesuaian yang baik agar tidak terjadi isu kultural (Tseng & Newton, 2002 dalam Rajab et al., 2014).

Salah satu cara agar mahasiswa internasional mampu menyesuaikan diri dan menangani *acculturative stress* adalah dengan memiliki kepribadian yang dapat menjadi faktor pelindung. Berdasarkan penelitian oleh Vinothkumar et al. (2013) yang dilakukan kepada mahasiswa teknik dan kedokteran, *hardiness* dapat menjadi faktor pelindung terhadap *perceived stress*. Di samping itu, ditemukan juga bahwa intervensi menggunakan pendidikan *hardiness* dapat secara signifikan mengurangi *perceived stress* pada mahasiswa keperawatan junior (Jameson, 2014).

Terdapat hubungan signifikan yang berkorelasi secara negatif antara *hardiness* dan *loneliness*. Hubungan ini didukung oleh hasil penelitian Ng dan Lee (2019). Penelitian Ng dan Lee (2019) menunjukkan bahwa semakin tinggi nilai *perceived loneliness*, semakin rendah tingkat *hardiness* pada orang tua. Pada penelitian yang sama, ditemukan juga bahwa rendahnya tingkat *hardiness* berkorelasi dengan meningkatnya gejala depresi yang dilaporkan oleh orang tua (Ng & Lee, 2019). Adapun, *psychological hardiness* dapat menurunkan perasaan *loneliness* pada pasien perempuan dewasa awal ketika COVID-19. Dapat diungkapkan bahwa *psychological hardiness* berperan sebagai faktor pelindung bagi kesehatan mental pasien COVID-19 (Wu et al., 2024).

Ditemukan juga bahwa *hardiness* berkorelasi dengan *perceived discrimination*.

Yang et al. (2022) melakukan penelitian kepada anak-anak tertinggal asal Tionghoa yang menjadi korban diskriminasi teman sebayanya sehingga memicu perilaku *self injury*. Pada penelitian ini, semakin rendah tingkat *hardiness*, semakin tinggi tingkat *perceived discrimination* yang diakibatkan oleh *peer victimization*. Artinya, jika anak memiliki tingkat *hardiness* yang rendah, *peer victimization* dapat memprediksi tingkat *perceived discrimination* secara lebih kuat (Yang et al., 2022).

Adapun, *psychological hardiness* ini memiliki hubungan dengan perasaan *homesickness* yang dialami oleh mahasiswa internasional. Ditemukan bahwa *psychological hardiness* memiliki dampak negatif yang signifikan dengan perasaan *homesickness* (Abid et al., 2019). Dion et al. (1992, dalam Zhang et al., 2021) juga mengatakan bahwa *hardiness* dapat menjadi faktor pelindung bagi individu yang menjalani proses akulturasi.

Dengan ini, *hardiness* dapat memberi kontribusi dalam menghadapi proses akulturasi dan bertahan dalam situasi yang menantang. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Kim dan Suh (2021) yang dilakukan kepada anak multikultur di Korea. Ditemukan bahwa *hardiness* memiliki hubungan negatif dengan *acculturative stress* yang diukur dengan skala SAFE-C (Kim & Suh, 2021).

Di sisi lain, banyak penelitian yang menemukan hasil berbeda dimana *psychological hardiness* tidak berdampak bagi kesehatan mental mahasiswa internasional. Penelitian Kanekar et al. (2010) yang dilakukan terhadap mahasiswa internasional asal Asia India mengungkapkan

bahwa kesejahteraan mental tidak meningkat setelah diberikannya intervensi terkait *psychological hardiness*. Penelitian oleh Manning et al. (1988) juga tidak menemukan adanya korelasi antara *psychological hardiness* dengan kesehatan mental seseorang setelah dihadapi oleh tekanan stres. Adapun, penelitian oleh Yakunina et al. (2013) mengungkapkan bahwa *hardiness* tidak sepenuhnya dapat menjadi faktor mediasi antara *acculturative stress* dan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa internasional.

Psychological hardiness adalah suatu tipe kepribadian yang berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki tingkat kesehatan dan performa yang tinggi ketika berada di bawah tekanan stres (Kobasa, 1979 dalam Mund, 2016). Menurut Kobasa (1979, dalam Mund, 2016), seseorang yang memiliki tingkat *psychological hardiness* tinggi dapat dilindungi dari situasi stres karena mereka terlibat dalam respons afektif, kognitif, dan perilaku tertentu. Orang dengan tingkat *psychological hardiness* tinggi memiliki kognisi dan emosi terkait keinginan belajar dan *growth-oriented* (Maddi, 2006 dalam Judkins et al., 2020). Maka dari ini, orang yang memiliki tingkat *psychological hardiness* tinggi akan tetap bertahan ketika berhadapan dengan pemicu stres.

Dalam penelitian psikologi, *hardiness* dianggap sebagai komponen penting dalam menghadapi stres. Individu dengan tingkat *hardiness* tinggi cenderung menilai situasi stres sebagai tantangan, bukan ancaman. Tiga komponen *hardiness* menurut Kobasa (1979), yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan, dapat secara bersamaan

meningkatkan resiliensi terhadap tekanan umum. Penelitian oleh Vinothkumar et al. (2013) dan Jameson (2014) menunjukkan bahwa *hardiness* dapat menurunkan *perceived stress* secara signifikan. Individu yang tangguh memiliki mekanisme kognitif dan afektif untuk mengelola stres secara lebih adaptif. Mereka mampu mengubah persepsi negatif terhadap tekanan menjadi peluang untuk berkembang (Delahaj et al., 2010; Maddi, 2006).

Mahasiswa internasional yang berjuang secara mandiri tidak hanya menghadapi tantangan akademik, namun juga tantangan budaya, lingkungan, masyarakat, dan kebiasaan yang asing bagi mereka. Mereka harus berjuang secara mandiri tanpa adanya dukungan keluarga. Dengan ini, penting bagi mahasiswa internasional untuk memiliki sifat ketangguhan yang dapat membantu mereka untuk bertahan di bawah tekanan stres. Penting juga bagi mahasiswa internasional untuk memiliki faktor pelindung agar dapat terhindar dari risiko *acculturative stress* berlebihan, dan selanjutnya dapat melakukan proses adaptasi dengan baik.

Secara teoritis, *hardiness* dapat berkorelasi secara negatif dengan *acculturative stress* karena orang yang tangguh secara psikologis lebih mampu mengelola tekanan yang bersumber dari perubahan lingkungan. *Hardiness* memungkinkan individu untuk tetap berkomitmen pada tujuan awal yang dimiliki dirinya, percaya bahwa dirinya dapat mengontrol segala situasi baik dan buruk, dan melihat perbedaan budaya sebagai suatu tantangan yang dapat dihadapi dan mengembangkan dirinya. Hal ini relevan

dalam konteks akulturasi, dimana mahasiswa internasional menghadapi berbagai disonansi budaya dan tekanan lingkungan baru. Maka dari itu, individu yang memiliki *hardiness* tinggi dapat juga memiliki tingkat *acculturative stress* yang rendah.

Meskipun terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa *psychological hardiness* tidak berkorelasi dengan tingkat *acculturative stress* dan kesejahteraan mental, penelitian lainnya menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara *psychological hardiness* dengan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap *acculturative stress*. Pada saat ini, belum terdapat penelitian yang membahas hubungan antara *psychological hardiness* dan *acculturative stress* pada mahasiswa semester awal asal Indonesia yang merantau ke luar negeri. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara *psychological hardiness* dan *acculturative stress* pada mahasiswa Indonesia yang merantau ke luar negeri.

Berbagai faktor berkaitan dengan *acculturative stress*, seperti dukungan sosial, keterampilan bahasa, dan jarak budaya (Sullivan & Kashubeck-West, 2015; Kristiana et al., 2022). Namun, semua faktor tersebut hanya bisa dikembangkan oleh individu dengan adanya intervensi dari faktor eksternal. Maka dari itu, penelitian ini menggunakan *psychological hardiness* karena merupakan faktor intrapersonal yang bersifat stabil dan dapat dikembangkan melalui intervensi psikologis. Penelitian ini memperhatikan fakta bahwa mahasiswa Indonesia semester awal sangat rentan mengalami akulturatif stres karena masih dalam tahap beradaptasi, sehingga penting

untuk memahami peran *psychological hardiness* sebagai faktor pelindung.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, *psychological hardiness* dapat ditingkatkan melalui pelatihan dan pendidikan (Jameson, 2014). Maka dari itu, hasil dari penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan intervensi psikologis dalam meningkatkan *hardiness* dan dapat menjadi upaya pencegahan *acculturative stress* pada mahasiswa internasional.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis pendekatan kuantitatif, yaitu jenis penelitian yang mengumpulkan data yang berasal dari jumlah populasi besar dalam bentuk angka numerik. Jenis penelitian kuantitatif menggunakan instrumen atau alat ukur statistik yang bertujuan untuk menganalisis tren, membandingkan kelompok, atau menghubungkan antara dua atau lebih variabel (Creswell, 2015). Pada penelitian ini, peneliti menghubungkan antar variabel menggunakan desain korelasional. Desain korelasional digunakan karena peneliti ingin melihat hubungan antara dua atau lebih variabel dengan mengukur derajat asosiasi antar variabel (Cresswell, 2015). Desain korelasional dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kekuatan dan arah hubungan antara *psychological hardiness* dan *acculturative stress* tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel apapun.

Metode *sampling* yang digunakan adalah *non-probability snowball sampling*. Metode ini digunakan karena populasi mahasiswa internasional termasuk kelompok yang sulit diakses secara langsung. Oleh

karena itu, peneliti memanfaatkan jaringan partisipan awal untuk merekomendasikan atau menyebarkan tautan kuesioner kepada mahasiswa Indonesia lain di luar negeri. Penelitian ini melibatkan 140 mahasiswa asal Indonesia (85 perempuan, 55 laki-laki), dengan rentang usia antara 17 hingga 44 tahun, yang sedang menempuh studi di luar negeri, termasuk di Australia (29.3%), Asia (35%), Belanda (28.6%), dan Amerika Serikat (7.1%).

Adapun partisipan penelitian tidak dibatasi pada usia atau jenjang pendidikan tertentu karena fokus utama penelitian adalah fase awal adaptasi budaya. Menurut Oberg (1960), *acculturative stress* paling intens dialami pada fase awal akulturasi (kurang dari dua tahun), terlepas dari usia atau tingkat studi. Dengan demikian, semua mahasiswa yang baru merantau relevan dijadikan partisipan karena sedang mengalami fase transisi budaya yang kritis dan rentan mengalami *acculturative stress* (Feba & Sumahi, 2018; Ying, 2005).

Peneliti menggunakan alat ukur *psychological hardiness* yang dikembangkan oleh Christianto dan Amalia (2022). Alat ukur ini memiliki 18-item yang diukur dengan skala Likert dengan rentang skor 1-4. Pada item *favorable*, skor 1 = Sangat Tidak Sesuai, skor 2 = Tidak Sesuai, skor 3 = Sesuai, dan skor 4 = Sangat Sesuai. Pada item *unfavorable*, skor 1 = Sangat Sesuai, skor 2 = Sesuai, skor 3 = Tidak Sesuai, skor 4 = Sangat Tidak Sesuai. Skala ini memiliki enam *item* pada masing-masing dimensi, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan (*challenge*). Skor subjek didapatkan melalui penjumlahan dari skor setiap *item* dengan skor *item unfavorable* dibalik, sehingga

semakin tinggi skor subjek, semakin tinggi *psychological hardiness* subjek (Christianto & Amalia, 2022). Pengembang alat ukur *psychological hardiness* ini melakukan uji psikometrik yang menunjukkan bahwa alat ukur valid dan reliabel. Hasil uji *Pearson Correlation* menunjukkan hasil koefisien korelasi sebesar -.469. Nilai tersebut signifikan jika dibandingkan dengan r tabel = .1764 (.05; $n=124$) dan dapat dikatakan valid (Christianto & Amalia, 2022). Adapun, nilai Cronbach's Alpha adalah .840. Menurut Nunnally dan Bernstein (dalam Christianto & Amalia, 2022) nilai ini menunjukkan reliabilitas yang baik karena lebih dari .7 dan tidak melewati .9.

Dalam mengukur *acculturative stress* mahasiswa internasional, peneliti menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Sandhu dan Asrabadi (1998). Alat ukur ini diuji coba kepada 128 mahasiswa internasional yang berasal dari Asia, Amerika Latin, Timur Tengah, Eropa, dan Afrika. Kemudian, dilakukan juga uji psikometri. Hasil *Cronbach's Alpha* untuk seluruh 36 *item* adalah .9464 yang menunjukkan nilai reliabilitas sangat tinggi. Nilai *Kaiser-Meyer Olkin* adalah .86853 yang menunjukkan bahwa sampel yang diambil cukup besar dan sangat baik. Peneliti melakukan pengecekan validitas konten dan melakukan *back translation* dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia terhadap seluruh item. Hasil terjemahan diperiksa setiap item sehingga memperoleh kesepakatan terhadap bunyi kalimat setiap item. Alat ukur ini memiliki 36 *item* dan diukur menggunakan skala *Likert* dengan rentang skor 1 hingga 5. Pada item yang *favorable*, skor 1 = *strongly disagree* sampai skor 5 = *strongly agree* dan

pada item yang *unfavorable*, skor 1 = *strongly agree* sampai skor 5 = *strongly disagree*, skor 3 = *not sure*. Partisipan diminta untuk memilih jawaban pada skala 1-5 sesuai dengan kondisi diri mereka pada setiap *item*. Terdapat 8 *item* untuk faktor *perceived discrimination*, 4 *item* untuk faktor *homesickness*, 5 *item* untuk faktor *perceived hate/rejection*, 4 *item* untuk faktor *fear*, 3 *item* untuk faktor *stressed due to change*, 2 *item* untuk faktor *guilt*, dan 10 *item* untuk faktor *miscellaneous*. Skor subjek didapatkan melalui penjumlahan dari skor setiap *item* dengan skor *item unfavorable* dibalik, sehingga semakin tinggi skor subjek, semakin tinggi *acculturative stress* subjek (Sandhu & Asrabadi, 1994).

Selain itu, peneliti turut melakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur *psychological hardiness* dan alat ukur *Acculturative Stress Scale for International Students (ASSIS)*. Uji validitas yang dilakukan adalah dengan melihat *item-rest correlation* pada setiap *item* dalam alat ukur. Menurut Miller dan Lovler (2020), *item-rest correlation* digunakan untuk melihat apakah seluruh item sama-sama mengukur konstruk yang ingin diukur serta dapat mendiskriminasi individu dengan nilai tinggi dengan nilai rendah. Berdasarkan tabel *r*, *item* dengan nilai di bawah .1660 ($df = 2, .05$) tidak valid. Adapun, uji reliabilitas diukur dengan melihat nilai *Cronbach's Alpha* untuk melihat konsistensi internal seluruh item. Menurut Crocker dan Algina (2008), reliabilitas dinyatakan baik apabila memiliki nilai di atas .8 dan dinyatakan tinggi oleh Guilford (1956). Berikut adalah klasifikasi nilai korelasi menurut Guilford (1956).

Selain itu, peneliti turut melakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur *psychological hardiness* dan alat ukur *Acculturative Stress Scale for International Students (ASSIS)*. Uji validitas yang dilakukan adalah dengan melihat *item-rest correlation* pada setiap *item* dalam alat ukur. Menurut Miller dan Lovler (2020), *item-rest correlation* digunakan untuk melihat apakah seluruh item sama-sama mengukur konstruk yang ingin diukur serta dapat mendiskriminasi individu dengan nilai tinggi dengan nilai rendah. Berdasarkan tabel *r*, *item* dengan nilai di bawah .1660 ($df = 2, 0.05$) tidak valid. Adapun, uji reliabilitas diukur dengan melihat nilai *Cronbach's Alpha* untuk melihat konsistensi internal seluruh item. Menurut Crocker dan Algina (2008), reliabilitas dinyatakan baik apabila memiliki nilai di atas .8 dan dinyatakan tinggi oleh Guilford (1956). Berikut adalah klasifikasi nilai korelasi menurut Guilford (1956).

Tabel 1
Klasifikasi Korelasi Menurut Guilford (1956)

<i>r Value</i>	<i>Interpretation</i>
$r < .20$	Sangat Rendah
$.20 \leq r \leq .40$	Rendah
$.40 \leq r \leq .70$	Sedang
$.70 \leq r \leq .90$	Tinggi
$.90 \leq r \leq 1.00$	Sangat Tinggi

Berdasarkan uji reliabilitas pada tabel 2, alat ukur *Acculturative Stress Scale for International Students (ASSIS)* dan alat ukur *psychological hardiness* memiliki reliabilitas item yang tinggi karena seluruh nilai *Cronbach's Alpha* berada di atas .8.

Tabel 2

Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur ASSIS & Psychological Hardiness

Alat Ukur	Estimate	Cronbach's Alpha
ASSIS	Point Estimate	.912
	95% CI lower bound	.889
	95% CI upper bound	.931
Psychological Hardiness	Point Estimate	.818
	95% CI lower bound	.770
	95% CI upper bound	.858

Tabel 3

Hasil Uji Validitas Awal Alat Ukur ASSIS & Psychological Hardiness

Alat Ukur	Item-Rest Correlation
ASSIS	.184 - .668
Psychological Hardiness	.053 - .697

Kemudian pada tabel 3, alat ukur *Acculturative Stress Scale for International Students (ASSIS)* juga memiliki nilai validitas baik karena setiap item berada di atas nilai kritikal $r (.1660)$. Namun, terdapat satu *item* pada alat ukur *Psychological Hardiness* yang bernilai di bawah nilai kritikal r , yaitu .053. *Item* tersebut adalah *item* nomor dua sehingga *item* ini dieliminasi. Nilai *item-rest correlation* dan nilai *Cronbach's Alpha* setelah *item* pada alat ukur *Psychological Hardiness* dieliminasi terdapat pada tabel 4.

Tabel 4

Hasil Uji Validitas Akhir Alat Ukur ASSIS & Psychological Hardiness

Alat Ukur	Item-Rest Correlation
ASSIS	0.184 - 0.668
Psychological Hardiness	0.207 - 0.702

HASIL

Gambaran Sampel

Tabel 5

Data Demografi Partisipan

Kategori	Kelompok	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	55	39.3
	Perempuan	85	60.7
Usia	17	5	3.6
	18	32	22.8
	19	25	17.8
	20	24	17.1
	21	27	19.3
	22	11	7.8
	23	6	4.3
	24	2	1.4
	25	3	2.1
	26	1	0.714
	29	1	0.714
	30	1	0.714
Negara	38	1	0.714
	44	1	0.714
Tempat Studi	Amerika	10	7.14
	Serikat		
Durasi	Australia	41	29.29
	Asia	49	35
	Eropa	40	28.57
Merantau	< 1 tahun	65	46.4
	1-2 tahun	75	53.6
Tingkat Pendidikan	S1	122	87.14%
	S2	15	10.71%
	S3	1	0.714%
	D4	1	0.714%
	Poly	1	0.714%

Analisis Deskriptif

Peneliti pertama-tama melakukan analisis deskriptif terhadap hasil data yang telah diperoleh untuk variabel *psychological hardiness* dan *acculturative stress*. Menurut Creswell (2015), analisis deskriptif statistik digunakan untuk melihat kecenderungan keseluruhan atau secara umum terhadap data yang diperoleh. Selain itu, analisis deskriptif

juga digunakan untuk melihat variasi atau penyebaran skor pada partisipan. Kecenderungan keseluruhan data dapat dilihat melalui *mean* atau rata-rata dan sebaran skor dilihat melalui standar deviasi.

Tabel 6

Tabel Statistik Deskriptif

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Min	Max
ASSIS	54.986	15.099	27	105
Psychological Hardiness	49.507	7.392	31	65

Skor rata-rata *acculturative stress* sebesar 54.99 (SD=15.10) menunjukkan tingkat *acculturative stress* dalam kategori sedang hingga tinggi (berdasarkan rentang skor 27-105). Sementara itu, skor rata-rata *psychological hardiness* sebesar 49.51 (SD=7.39) menunjukkan bahwa secara umum partisipan memiliki ketangguhan psikologis yang cenderung sedang.

Hasil Korelasi

Berdasarkan hasil uji normalitas, ditemukan bahwa data pada alat ukur ASSIS tidak terdistribusi normal. Maka dari ini, teknik analisis data untuk melihat korelasi antar variabel dilakukan menggunakan *Spearman's rho* (Creswell, 2015). Meskipun jumlah data cukup besar (N = 140), hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal ($p < .05$) sehingga analisis korelasi dilakukan menggunakan *Spearman's rho* yang sesuai untuk distribusi data non-parametrik (Alsaqr, 2021). Hasil korelasi *Spearman's rho* dinyatakan signifikan apabila nilai p lebih kecil dari .05. Semakin rendah nilai p, semakin tidak cocok hasilnya dengan

hipotesis nol (Alsaqr, 2021). Hasil menunjukkan bahwa variabel *psychological hardiness* memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan variabel *acculturative stress*. Nilai korelasi *Spearman's Rho* antara *psychological hardiness* dengan *acculturative stress* adalah -.313 dan $p < .001$. Dengan ini, dapat dikatakan bahwa semakin rendah tingkat *psychological hardiness*, semakin tinggi tingkat *acculturative stress*, dan sebaliknya. Nilai $r^2 = .0979$ menunjukkan effect size besar sehingga *psychological hardiness* dapat berasosiasi dengan *acculturative stress* sebesar .0979 (Emerson, 2023).

Korelasi Tambahan

Peneliti melakukan analisis korelasi tambahan antara *psychological hardiness* per dimensi dengan *acculturative stress*. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menjelaskan bagaimana korelasi setiap dimensi *psychological hardiness* dengan *acculturative stress*.

Tabel 7

Hasil Korelasi ASSIS Dengan Dimensi Psychological Hardiness

Dimensi		ASSIS	
<i>Psychological Hardiness</i>	<i>Commitment</i>	<i>Spearman's rho</i>	-.153
		<i>P value</i>	.072
<i>Control</i>		<i>Spearman's rho</i>	-.358***
		<i>P value</i>	<.001
		<i>r2</i>	.0985
<i>Challenge</i>		<i>Spearman's rho</i>	-.321***
		<i>P value</i>	<.001
		<i>r2</i>	.103

Berdasarkan tabel di atas, dimensi *commitment* memiliki nilai p di atas .05. Oleh karena itu, dimensi *commitment* tidak berkorelasi dengan variabel *acculturative stress*. Sebaliknya, dimensi *control* ditemukan memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan variabel *acculturative stress*. Hal ini karena dimensi *control* memiliki nilai p di bawah .05 ($p = <.001$) dan nilai *spearman's Rho* -.358. Artinya, semakin tinggi rendah aspek kepribadian *control*, semakin tinggi *acculturative stress*. Nilai $r^2 = .0985$ menunjukkan *effect size* besar sehingga dimensi *control* dapat berasosiasi dengan *acculturative stress* sebesar .0985 (Emerson, 2023)

Dimensi *challenge* juga berkorelasi negatif secara signifikan dengan variabel *acculturative stress*. Nilai korelasi *Spearman's Rho* antara dimensi *challenge* dengan *acculturative stress* adalah -.321 dan $p <.001$. Dengan demikian, semakin tinggi aspek kepribadian *challenge*, semakin tinggi *acculturative stress*. Nilai $r^2 = .103$ menunjukkan *effect size* besar sehingga dimensi *challenge* dapat berasosiasi dengan *acculturative stress* sebesar .103 (Emerson, 2023).

Uji Deskriptif Acculturative Stress

Peneliti melakukan uji deskriptif pada *acculturative stress* untuk melihat besaran nilai *mean* pada masing-masing faktor *acculturative stress*. Peneliti mencari rata-rata skor partisipan di setiap dimensi dengan membagi nilai total per dimensi dengan jumlah item pada setiap dimensi. Nilai rata-rata tersebut kemudian dijumlahkan untuk melihat rata-rata keseluruhan partisipan. Untuk membandingkan nilai antar dimensi,

peneliti membagi jumlah rata-rata dengan jumlah partisipan, yaitu 140.

Tabel 8
Hasil Uji Deskriptif Acculturative Stress

Faktor	Total Mean	
<i>Perceived Discrimination</i>	306.375	2.188
<i>Homesickness</i>	425.5	3.039
<i>Perceived Hate/Rejection</i>	219	1.564
<i>Fear</i>	262.25	1.873
<i>Stress Due to Change</i>	276.33	1.973
<i>Guilt</i>	286	2.042

Faktor dengan nilai rata-rata tertinggi dalam *acculturative stress* adalah *homesickness* ($M=3.039$), disusul oleh *perceived discrimination* ($M=2.188$), dan kemudian *guilt* ($M=2.042$). Meskipun tidak dilakukan uji regresi, data ini menunjukkan bahwa ketiga faktor tersebut paling banyak dialami oleh partisipan dalam skala *acculturative stress*.

DISKUSI

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa *psychological hardiness* memiliki korelasi negatif dengan *acculturative stress* pada mahasiswa asal Indonesia yang merantau ke luar negeri. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *psychological hardiness* pada mahasiswa, semakin rendah tingkat *acculturative stress* mereka saat merantau. Hasil yang serupa juga ditemukan dalam penelitian oleh Keo et al. (2020) yang dilakukan terhadap mahasiswa perantau asal Nusa Tenggara Timur (NTT) di Salatiga.

Berdasarkan penelitian tersebut, semakin tinggi tingkat ketangguhan pribadi (*hardiness*), semakin rendah tingkat *acculturative stress* pada mahasiswa. Individu yang memiliki *psychological hardiness* tinggi dapat melihat perubahan dalam hidup sebagai suatu peluang untuk berkembang dan tantangan yang dapat dilewati. Individu juga cenderung lebih fokus kepada hal-hal positif atau membahagiakan dalam situasi apapun (Keo et al., 2020). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *hardiness* berkorelasi negatif dengan *acculturative stress* pada mahasiswa internasional di Amerika Serikat. Melalui hasil penelitian ini, *hardiness* dapat membantu mahasiswa beradaptasi lebih baik dengan lingkungan baru dan mengatasi stres secara lebih efektif, sehingga pada akhirnya dapat meminimalkan *acculturative stress* dan meningkatkan kesehatan mental (Yakunina et al., 2013).

Mahasiswa internasional menghadapi berbagai macam tantangan yang dapat menyebabkan *acculturative stress*. Namun, dengan adanya *psychological hardiness* yang tinggi, mereka dapat terlindung dari *acculturative stress*. Mereka dapat berpegang teguh pada tujuan dan nilai yang telah mereka tetapkan, percaya bahwa dirinya berharga, berpandangan bahwa dirinya dapat mengontrol segala situasi dalam hidup serta dapat melihat tantangan sebagai peluang untuk berkembang. Maka dari ini, mereka akan lebih dapat bertahan dan bekerja lebih baik dalam situasi yang penuh perubahan atau tantangan.

Peneliti juga melihat korelasi masing-masing dimensi *psychological hardiness* dengan *acculturative stress*. Hasil penelitian

menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian oleh Atri et al. (2007) dimana dimensi kontrol memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan *acculturative stress* pada mahasiswa internasional. Kontrol mengacu pada kepercayaan dimana seseorang dapat mengendalikan penyebab dan akibat dari suatu hal dalam kehidupan. Kepercayaan ini dapat membantu mahasiswa internasional untuk memiliki kesehatan mental yang lebih baik meskipun dihadapi oleh tekanan stres (Atri et al., 2007). Dengan memiliki kontrol, mahasiswa dapat merasa bahwa dirinya dapat memengaruhi situasi dalam hidup (Manning et al., 1988) sehingga mampu bertanggung jawab atas perilaku dan membuat perubahan dalam perilaku yang melemahkan diri (Kanekar et al., 2007). Dengan ini, mahasiswa dapat mempersepsikan bahwa dirinya dapat mengelola tantangan akulturasi sehingga *acculturative stress* pun dapat berkurang.

Hasil korelasi negatif yang signifikan antara dimensi *challenge* dengan *acculturative stress* juga sejalan dengan penelitian sebelumnya (Oral & Karakurt, 2022; Delahaj, et al. 2010). Penelitian oleh Oral dan Karakurt (2022) mengungkapkan bahwa dimensi *challenge* dapat memprediksi tingkat intoleransi terhadap ketidakpastian pada mahasiswa. Seseorang dengan tingkat *challenge* tinggi dapat melihat perubahan hidup sebagai suatu hal untuk berkembang (Kanekar et al., 2007). Sifat *challenge* ini juga memungkinkan seseorang untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang mungkin terjadi dalam hidup (Manning et al., 1988). Dengan memiliki sifat *challenge*, mahasiswa internasional yang menghadapi berbagai macam perubahan dapat

mempersepsikannya sebagai suatu hal yang positif dan berjuang untuk berkembang sehingga *acculturative stress* pun dapat berkurang.

Namun, dimensi *commitment* ditemukan tidak berkorelasi dengan *acculturative stress*. Hasil ini serupa dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kanekar et al. (2009) dan Yakunina et al. (2013). Menurut kedua penelitian tersebut, dimensi *commitment* mengukur aspek keterlibatan mahasiswa dalam menjalankan studinya dan bagaimana mahasiswa tersebut berpegang teguh pada tujuan yang telah ditetapkan. Meskipun berdampak pada kesehatan mental, dimensi *commitment* mungkin tidak dapat secara langsung mengatasi stresor yang mempengaruhi *acculturative stress* seseorang, seperti perbedaan kultur, dan kesulitan berbahasa, diskriminasi. Maka dari itu, dimensi *commitment* kurang efektif dalam mengurangi stres akibat akulturasi yang datang dari faktor eksternal.

Peneliti juga melakukan uji deskriptif untuk melihat nilai *mean* yang dominan pada faktor-faktor *acculturative stress*. Kedua faktor tertinggi yang berkontribusi terhadap tingkat *acculturative stress* mahasiswa adalah pengalaman *perceived discrimination* dan *homesickness*. Penemuan ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya bahwa *perceived discrimination* dan *homesickness* menjadi tiga faktor terbesar yang menyebabkan *acculturative stress* (Gebregergis, 2018; Ali et al., 2024; Iorga et al., 2020). Menurut Sandhu dan Asrabadi (1994), mahasiswa lokal tidak merasa perlu untuk berinteraksi dengan mahasiswa asing sehingga mahasiswa asing merasa

terasingkan dan ketidakberdayaan ketika berada di lingkungan yang asing. Alasan lain adalah ketidakmampuan mahasiswa internasional dalam berbahasa lokal negara rantau dapat menyebabkan perasaan terasingkan karena tidak mampu berkomunikasi sehingga memunculkan *perceived discrimination* (Karuppan & Barari, 2010). *Homesickness* juga merupakan faktor terbesar yang berkontribusi terhadap *acculturative stress* karena mahasiswa internasional telah dijauhkan dari rasa keamanan rumah, lingkungan, dan budaya mereka sehingga menyebabkan kesepian yang intens di lingkungan baru, terutama ketika semester awal merantau (Talwar et al., 2022).

Faktor tertinggi yang ketiga adalah perasaan *guilt*. Hasil ini bertolak belakang dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *guilt* merupakan aspek terendah yang dialami mahasiswa internasional. Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *guilt* merupakan faktor cukup rendah yang berkontribusi ke tingkat *acculturative stress* (Sandhu & Asrabadi, 1994; Shan et al., 2020). Peneliti menduga bahwa *guilt* dapat menjadi faktor cukup tinggi yang menyebabkan *acculturative stress* mahasiswa asal Indonesia karena budaya yang berkaitan dengan nilai *filial piety* atau nilai “bakti”. Berhubungan dengan nilai tersebut, masyarakat Indonesia cenderung memiliki budaya yang “mewajibkan” seorang anak untuk mendukung orang tua. Contohnya, dengan tinggal dekat orang tua, mendukung secara finansial, dan merawat orang tua (Sugianto & Liem, 2024). Maka dari itu, partisipan penelitian yang berasal

dari Indonesia cenderung mengalami *guilt* ketika pergi merantau. Mahasiswa yang berasal dari negara Cina dan memiliki budaya *filial piety* juga mengungkapkan perasaan *guilty* karena tidak memenuhi kewajiban mereka dalam merawat orang tua (Zhang & Jung, 2017).

Keterbatasan

Adapun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dapat dipertimbangkan lebih dalam lagi oleh peneliti selanjutnya. Peneliti kurang mempertimbangkan durasi mahasiswa internasional yang bermigrasi kurang dari satu tahun. Menurut teori Oberg (1960), mahasiswa internasional yang tinggal kurang dari enam bulan mungkin masih berada dalam fase *honeymoon*. Dalam fase ini, mahasiswa internasional mungkin merasakan kegembiraan dan kesenangan berada di lingkungan baru, sehingga *acculturative stress* mungkin belum terlihat.

Selain durasi migrasi, peneliti juga tidak mempertimbangkan berbagai negara tujuan migrasi mahasiswa. Setiap negara memiliki jarak budaya (*cultural distance*) yang berbeda dari Indonesia sehingga dapat memengaruhi perbedaan dalam pengalaman *acculturative stress* yang dialami oleh mahasiswa internasional. Menurut Hofstede (2001 dalam Drogendijk & Slangen, 2006), *cultural distance* merujuk pada sejauh mana norma dan nilai suatu negara berbeda dengan negara lain, seperti cuaca, penerimaan dari masyarakat lokal, dan makanan. Dalam konteks penelitian ini, ketika mahasiswa bermigrasi ke negara-negara dengan jarak budaya yang tidak terlalu jauh dari Indonesia, mereka mungkin dapat beradaptasi dengan

lebih mudah dan berpotensi mengalami *acculturative stress* yang lebih rendah. Oleh karena itu, *cultural distance* dari berbagai negara tujuan migrasi partisipan tidak dapat digeneralisasi dalam mengukur *stres akulturatif* yang mereka alami. Dengan demikian, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk memilih negara-negara dengan *cultural distance* yang serupa jika dibandingkan dengan Indonesia, sehingga pengalaman *acculturative stress* partisipan tidak berbeda secara signifikan.

Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat merekrut partisipan mahasiswa internasional yang telah tinggal di luar negeri selama lebih dari enam bulan untuk meminimalkan kemungkinan mereka masih berada dalam fase *honeymoon*. Mengingat adanya korelasi yang signifikan antara *psychological hardiness* dan *acculturative stress*, penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode regresi untuk mengeksplorasi dampak kausal dari *psychological hardiness* terhadap *acculturative stress* pada mahasiswa internasional. Demikian pula, korelasi yang signifikan antara dimensi kontrol dan tantangan dengan *acculturative stress* juga perlu diteliti lebih lanjut menggunakan regresi untuk melihat dampak kausalnya terhadap *acculturative stress* yang dialami oleh mahasiswa internasional.

DAFTAR PUSTAKA

- Abid, S., Bajwa, R. S., Batool, I., & Amjad, A. (2019). Interaction of cultural intelligence, psychological hardiness and academic performance with homesickness among hostel students. *Pakistan Journal of Social Sciences*, *39*(1), 179-188.

- <https://prdb.pk/article/the-interaction-of-cultural-intelligence-psychological-hard-4354>
- Adilah, M. A., & Widiasih, P. A. (2023). Gambaran makna happiness pada mahasiswa perantau di luar negeri. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 3(2), 442–455. <https://doi.org/10.18860/jips.v3i2.22850>
- Alsaqr, A. M. (2021). Remarks on the use of Pearson's and Spearman's correlation coefficients in assessing relationships in ophthalmic data. *African Vision and Eye Health*, 80(1), 1-10. <https://doi.org/10.4102/aveh.v80i1.612>
- Atri, A., Sharma, M., & Cottrell, R. (2007). Role of social support, hardiness, and acculturation as predictors of mental health among international students of asian indian origin. *International Quarterly of Community Health Education*, 27(1), 59–73. <https://doi.org/10.2190/iq.27.1.e>
- Christianto, L. P. & Amalia, S. R. (2022). Penyusunan alat ukur *hardiness* untuk individu pada tahap perkembangan dewasa awal. *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 1(1), 132-141. <https://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/2937>
- Creswell, J. W. (2015). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (Fifth edition). Nebraska: Pearson.
- Crocker, L. & Algina, J. (2008). *Introduction to classic and modern test theory*. Ohio: Cengage Learning.
- Delahaij, R., Gaillard, A. W. K., & van Dam, K. (2010). Hardiness and the response to stressful situations: Investigating mediating processes. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 386–390. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.04.002>
- Drogendijk, R., & Slangen, A. (2006). Hofstede, Schwartz, or managerial perceptions? The effects of different cultural distance measures on establishment mode choices by multinational enterprises. *International Business Review*, 15(4), 361–380. <https://doi.org/10.1016/j.ibusrev.2006.05.003>
- Emerson, R. W. (2023). Regression an effect size. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, vol. 117(2), 191-192. <https://doi.org/10.1177/0145482X231166596>
- Feba, T. & Sumathi, G. N. (2018). Length of stay and acculturative stress of international students empirical study. *International Journal of Pure and Applied Mathematics*, 120(6), 10253-10264. <http://www.acadpubl.eu/hub/>
- Gebregergis, W. (2018). Major causes of acculturative stress and their relations with sociodemographic factors and depression among international students. *Open Journal of Social Sciences*, 6(10), 68-87. <https://doi.org/10.4236/jss.2018.61007>
- Guilford, J. P. (1956). *Fundamental statistics in psychology and education*. McGraw-Hill.
- Handayani, P. G., & Febriani, R. D. (2017). Dealing with culture shock for immigrant students. *Proceedings International Counseling and Education Seminar: The Responsibility of Counselor and Educator in Millennium Era*, 98-101. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/11207>

- Iorga, M., Soponaru, C., Muraru, I.-D., Socolov, S., & Petrariu, F.-D. (2020). Factors associated with acculturative stress among international medical students. *BioMed Research International*, 2020, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2020/2564725>
- Jameson, P. R. (2014). The effects of a hardiness educational intervention on hardiness and perceived stress of junior baccalaureate nursing students. *Nurse Education Today*, 34(4), 603–607. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2013.06.019>
- Johnson, L. R., Seifen-Adkins, T., Sandhu, D. S., Arbles, N., & Makino, H. (2018). Developing culturally responsive programs to promote international student adjustment: A participatory approach. *Journal of International Students*, 8(4), 1865–1878. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1468100>
- Judkins, J. L., Moore, B. A., & Colette, T. Y. (2020). Psychological hardiness. *Abingdon*, 1–14. <https://doi.org/10.4324/9780367198459-REPRW120-1>
- Kanekar, A., Sharma, M., & Atri, A. (2010). Enhancing social support, hardiness, and acculturation to improve mental health among asian indian international students. *International Quarterly of Community Health Education*, 30(1), 55–68. <https://doi.org/10.2190/iq.30.1.e>
- Karuppan, C. M., & Barari, M. (2010). Perceived discrimination and international students' learning: an empirical investigation. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 33(1), 67–83. <https://doi.org/10.1080/1360080x.2011.537013>
- Keo, J. J., Kristinawati, W., & Setiawan, A. (2020). Dukungan sosial, ketangguhan pribadi, dan stres akulturasi mahasiswa Nusa Tenggara Timur di Salatiga. *Psikologika*, 25(1), 15–28. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss1.art2>
- Kim, B. H., & Suh, K. H. (2021). The relationships between hardiness and life satisfaction or expectation of korean multicultural children: Focused on mediating effect of acculturative stress moderated by resilience. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.663134>
- Kristiana, I. F., Karyanta, N. A., Simanjuntak, E., Prihatsanti, U., Ingarianti, T. M., & Shohib, M. (2022). Social support and acculturative stress of international students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6568. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116568>
- Kusek, W. A. (2015). Evaluating the struggles with international students and local community participation. *Journal of International Students*, 5(2), 121–131. <https://doi.org/10.32674/jis.v5i2.429>
- Liu, D. W., & Winder, B. (2015). Exploring foreign undergraduate students' experiences of university. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 27(1), 42–64. <http://dx.doi.org/10.1080/09518398.2012.736643>

- Maddi, S. R. (2015). Personal Views Survei II: A measure of dispositional hardiness. *Consulting Psychology Journal*, 54(3), 175-185. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173>
- Manning, M. R., Williams, R. F., & Wolfe, D. M. (1988). Hardiness and the relationship between stressors and outcomes. *Work & Stress*, 2(3), 205–16. <https://doi.org/10.1080/02678378808259168>
- Manz, S., (2003). *Culture Shock - Causes, Consequences and Solutions: The International Experience*, Munich: GRIN Verlag. <https://www.grin.com/document/108360>
- Marietha, A. R. (2024). *Mahasiswa Indonesia yang belajar di luar negeri terbanyak kedua di ASEAN*. GoodStats. <https://goodstats.id/article/keren-jumlah-mahasiswa-indonesia-belajar-di-luar-negeri-terbanyak-kedua-di-asean-0t504>
- Maulida, R., Imadduddin, & Fadhila, M. (2022). Gambaran kebersyukuran mahasiswa perantau di luar negeri (studi pada mahasiswa muslim asal indonesia yang kuliah di luar negeri). *Jurnal Al Husna*, 3(3), 200-210. <https://doi.org/10.18592/jah.v3i3.4516>
- Miller L. A. & Lovler, L. R. (2020). *Foundations of psychological testing: A practical approach* (6th edition). California: Sage Publication. ISBN: 987-1-5063-9640-8
- Mund, P. (2016). Kobasa concept of hardiness (A study with reference to the 3Cs). *International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research*, 2(1), 34-40. <https://sloap.org/journals/index.php/irjeis/article/view/243/769>
- Ng, S. M., & Lee, T. M. C. (2019). The mediating role of hardiness in the relationship between perceived loneliness and depressive symptoms among older. *Aging and Mental Health*, 24(5), 805–810. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1550629>
- Oberg, K. (1960). Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. *Practical Anthropology*, 7(4), 177–182. <https://doi.org/10.1177/00918296600700405>
- Oral, M. & Karakurt, N. (2022). The impact of psychological hardiness on intolerance of uncertainty in university students during the COVID-19 pandemic. *Community Psychology*, 50(8), 3574–3589. <https://doi.org/10.1002/jcop.22856>
- Rajab, A., Rahman, H. A., Panatik, S. A., & Mansor, N. S. (2014). Acculturative stress among international students. *Journal of Economics, Business and Management*, 2(4), 262-265. <https://doi.org/10.7763/JOEBM.2014.V2.136>
- Ren, Q. & Jiang, S. (2021). Acculturation stress, satisfaction, and frustration of basic psychological needs and mental health of chinese migrant children: Perspective from basic psychological needs theory. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4751. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8124301/#B20-ijerph-18-04751>
- Sandhu, D. S. & Asrabadi, B. R. (1994). Development of an acculturative stress scale for international students: Preliminary findings. *Psychological Reports*, 75(2), 435-448.

- <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.75.1.435>
- Sandhu, D. S. & Asrabadi, B. R. (1998). An acculturative stress scale for international students: A practical approach to stress management. *Evaluating stress: A book of resources*, 2(1-33).
- Shan, C., Hussain, M., Sargani, G. R. (2020). A mix-method investigation on acculturative stress among pakistani students in china. *PLoS ONE*, 15(10): e0240103.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240103>
- Soemantri, N. P. (2019). Adaptasi budaya mahasiswa asal indonesia di australia. *Wanaca Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 18(1), 46-56.
<https://journal.moestopo.ac.id/index.php/wacana/article/view/727/457>
- Sugianto, D. & Liem, A. (2024). Reliability and validity of the indonesian version of the dual filial piety scale. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 11(1), 109-121.
<https://doi.org/10.24854/jpu839>
- Sullivan, C. & Kashubeck-West, S. (2015). The interplay of international students' acculturative stress, social support, and acculturation modes. *Journal of International Students*, 5(1), 1-11.
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2379526>
- Talwar, P., Rethinasamy, S., Abd Ghani, K., Tan, K. W., & Mat Yusoff, N. F. (2022). Sociodemographic determinants of acculturation stress among international university students. *EDUCATUM Journal of Social Sciences*, 8(1), 23-30.
<https://doi.org/10.37134/ejoss.vol8.1.3.2022>
- Tartakovsky, E. (2007). A longitudinal study of acculturative stress and homesickness: high-school adolescents immigrating from Russia and Ukraine to Israel without parents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42(6), 485-94.
<https://doi.org/10.1007/s00127-007-0184-1>.
- Vinothkumar, M., Vinu, V., & Anshya, R. (2013). Mindfulness, hardiness, perceived stress among engineering and BDS students. *Indian Journal of Positive Psychology*, 4(4), 514-517.
http://www.iahnv.coni/index.php/liome/journal_detail19#lis
- Ward, C. & Geeraert, N. (2016). Advancing acculturation theory and research: the acculturation process in its ecological context. *Current Opinion in Psychology*, 8, 98-104.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.021>
- Wu, E. W., Hagan, M. J., Eschleman, K., & Gard, D. E. (2024). Hardiness predicts mental health recovery during the COVID-19 pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. Advance online publication.
<https://doi.org/10.1037/tra0001660>
- Yakunina, E. S., Weigold, I. K., Weigold, A., Hercegovac, S., & Elsayed, N. (2013). International students' personal and multicultural strengths: Reducing Acculturative Stress and Promoting Adjustment. *Journal of Counseling & Development*, 91(2), 216-223.
<https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00088.x>
- Yang, B., Guan, Q., Huang, J., & Wang, Z. (2022). Peer victimization and nonsuicidal self-injury among Chinese left-behind children: mediation by perceived discrimination and moderation. Hardiness. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 32(5),

- 709–725.
<https://doi.org/10.1080/10926771.2022.2101408>
- Ying, Y. W. (2005). Variation in acculturative stressors over time: A study of Taiwanese students in the United States. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(1), 59-71.
<https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.04.003>
- Zhang, Y. & Jung, E. (2017). Multidimensionality of acculturative stress among Chinese international students: What lies behind their struggles? *International Research and Review*, 7(1), 23-43.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1170666.pdf>
- Zhang, Y., Li, Y., Frost, M., Rong, S., Jiang, R., & Cheng, E. T. C. (2021). The impact of organizational position level and cultural flow direction on the relationship between cultural intelligence and expatriate cross-border adaptation. *Cross Cultural & Strategic Management*, 28(2), 332–367. <https://doi.org/10.1108/CCSM-01-2020-0012>