

**NARASI ADAPTASI SISWA SMA PANGUDI LUHUR
VAN LITH BERASRAMA DARI LATAR BELAKANG ETNIS YANG BERBEDA**

Koleta Rumara Pramesi¹, Hapsari Dwiningtyas Sulistyani²

email: koletarumara@gmail.com

**Program Studi S1 Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Diponegoro**

Jl. Prof. H. Soedarto, SH Tembalang Semarang Kotak Pos 1269

Telepon (024) 7465407 Faksimile (024) 7465405

Laman: <http://www.fisip.undip.ac.id> Email: fisip@undip.ac.id

ABSTRAK

Adaptasi siswa terhadap kehidupan berasrama yang multikultural menjadi aspek penting dalam proses pembentukan karakter dan identitas diri. Penelitian ini bertujuan untuk menggali pengalaman adaptasi serta tantangan yang dihadapi siswa SMA Pangudi Luhur Van Lith dari berbagai latar belakang etnis dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan asrama. Penelitian ini menggunakan metode deksriptif kualitatif, dengan pendekatan naratif Clandinin & Connelly, serta analisis berdasarkan U-Curve Model. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara untuk menggali narasi personal yang mencerminkan dinamika adaptasi dan pergeseran makna dalam kehidupan sehari-hari. Analisis data menunjukkan bahwa proses adaptasi tidak berlangsung secara linier. Meskipun terdapat kecenderungan umum yang menyerupai struktur U-Curve, setiap narasi justru memperlihatkan betapa personal, kontekstual, dan kompleksnya pengalaman masing-masing siswa.

Tantangan muncul dalam bentuk kejutan budaya, tekanan sosial, serta konflik internal yang dipengaruhi oleh latar belakang keluarga dan dinamika antaretnis. Namun, dukungan teman dan proses refleksi menjadi faktor penting dalam membentuk penerimaan diri serta pertumbuhan personal. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kehidupan asrama yang beragam tidak hanya menantang secara emosional dan sosial, tetapi juga membuka ruang bagi pemaknaan ulang terhadap nilai-nilai hidup.

Kata kunci: adaptasi, kehidupan berasrama, pendekatan naratif, keberagaman etnis, U-Curve Model

ABSTRACT

Students' adaptation to multicultural boarding life is an important aspect in the process of character building and self-identity. This research aims to find out the adaptation experience and challenges faced by students of Pangudi Luhur Van Lith Senior High School from various ethnic backgrounds in adjusting to the boarding school environment. This research applies a descriptive qualitative method, using Clandinin & Connelly narrative approach, and analysis based on the U-Curve Model. Data collection techniques were conducted through interviews to explore personal narratives that reflect the dynamics of adaptation and shifts in meaning in everyday life. The analysis reveals that the adaptation process is not linear. Although there is a general trend resembling a U-curve structure, each narrative reveals how personal, contextual, and complex each student's experience.

Challenges arise in the form of culture shock, social pressure, and internal conflicts influenced by family background and inter-ethnic dynamics. However, peer support and self-reflection are important factors in fostering self-acceptance and personal growth. This study concludes that a diverse boarding environment is not only emotionally and socially challenging, but also opens up space for reinterpreting personal values and life meaning.

Keywords: adaptation, boarding life, narrative approach, ethnic diversity, U-Curve Model

PENDAHULUAN

Menurut Kim (2001), adaptasi manusia dapat dipahami sebagai proses penyesuaian diri terhadap perubahan yang terjadi di lingkungan sekitar yang dilakukan dalam jangka waktu pendek maupun panjang. Penyesuaian ini melibatkan perubahan keadaan dan struktur dalam menjaga keseimbangan hingga akhirnya merasa nyaman dengan lingkungan yang baru. Hal inilah yang menjadi tantangan bagi siswa SMA Pangudi Luhur Van Lith Berasrama yang terletak di Muntilan, Magelang. Sekolah yang didirikan oleh Romo Franciscus Georgius Josephus Van Lith, SJ ini memiliki siswa yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Keberagaman

budaya menjadi bagian penting dari dinamika di lingkungan sekolah berasrama ini. Siswa yang berasal dari berbagai daerah memiliki latar belakang budaya yang berbeda, seperti bahasa, adat istiadat, gaya komunikasi, dan nilai-nilai sosial. Proses penyesuaian diri seperti uraian di atas merupakan bagian penting dari pengalaman tinggal di sekolah berasrama. Siswa sekolah berasrama sebagai pendatang harus melakukan penyesuaian diri atau beradaptasi dengan lingkungan baru. Tidak jarang siswa mengalami *culture shock* karena kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan, seperti ketidaknyamanan ketika menghadapi pengalaman baru.

Oberg menggunakan istilah "*culture shock*" untuk menjelaskan kecemasan yang

muncul akibat hilangnya berbagai tanda dan simbol yang akrab bagi seseorang. Tanda dan simbol ini mencakup bahasa, kebiasaan, norma sosial, dan isyarat budaya yang biasa digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Ketika seseorang memasuki lingkungan baru, beberapa tanda dan simbol ini akan hilang sehingga mereka harus belajar kembali cara berkomunikasi, bertindak, dan menyesuaikan diri. Seseorang yang memasuki lingkungan baru, termasuk siswa yang pertama kali tinggal di sekolah berasrama dapat mengalami *culture shock* karena adanya pergeseran dari kehidupan di rumah bersama keluarga ke kehidupan di asrama dengan aturan dan kebiasaan yang berbeda.

Asrama merupakan tempat berkumpulnya siswa dari berbagai wilayah. Di asrama terjadi interaksi sosial yang intens antar penghuni asrama yang memiliki latar belakang, budaya, dan kebiasaan yang berbeda. Setiap budaya memiliki kebiasaan berbeda dalam berbagai hal yang dipengaruhi oleh berbagai nilai-nilai yang diwariskan oleh nenek moyang masyarakat setempat. Ketika siswa dari berbagai daerah dengan berbagai budaya tinggal bersama di asrama, perbedaan kebiasaan yang dibawa dapat memicu *culture shock*. Seseorang akan merasa bingung, tidak nyaman, atau bahkan tertekan ketika menghadapi kebiasaan yang

berbeda dari yang biasa mereka alami, seperti nilai-nilai, gaya bicara, bahasa, sopan santun, cara makan, dan kebiasaan sehari-hari.

Dalam konteks keberagaman budaya yang begitu kaya dan kompleks di SMA Van Lith, peneliti tertarik untuk menelusuri pengalaman adaptasi siswa yang berasal dari daerah-daerah yang secara geografis dan kultural cukup jauh dari kultur dominan Jawa. Tiga narasumber yang diangkat dalam penelitian ini berasal dari Toraja, Dayak, dan Ambon. Masing-masing membawa jejak nilai budaya yang khas, yang secara implisit maupun eksplisit memengaruhi cara mereka menanggapi lingkungan baru di asrama.

RUMUSAN MASALAH

Dalam upaya penyesuaian diri, siswa dihadapkan pada tantangan seperti perbedaan budaya, aturan asrama yang ketat, serta jarak geografis yang jauh dari keluarga. Tantangan ini kerap memunculkan tantangan yang memengaruhi proses penyesuaian diri mereka di lingkungan asrama, di mana siswa merasa kebingungan, tidak nyaman, atau tertekan ketika berhadapan dengan kebiasaan baru.

Proses penyesuaian diri ini tidak selalu berjalan mulus. Banyak siswa dihadapkan pada tantangan seperti perbedaan nilai budaya, ketatnya aturan kehidupan

berasrama, serta jarak yang jauh dari keluarga. Kondisi ini kerap menimbulkan kebingungan, rasa tidak nyaman, bahkan tekanan psikologis, terutama saat mereka harus berhadapan dengan kebiasaan atau norma baru yang asing.

Melihat kenyataan tersebut, penting untuk menelaah lebih dalam bagaimana para siswa menjalani proses adaptasi mereka di lingkungan asrama yang sarat dengan keberagaman. Penelitian ini berfokus pada pengalaman adaptasi siswa-siswa dari berbagai latar belakang etnis dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan berasrama, serta tantangan-tantangan yang mereka hadapi selama proses tersebut. Dengan memahami bagaimana mereka membangun kenyamanan, merespons perbedaan, dan menghadapi dinamika kehidupan asrama, studi ini bertujuan menggambarkan proses adaptasi secara lebih menyeluruh dari sudut pandang para siswa itu sendiri.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk menggali bagaimana pengalaman adaptasi yang dijalani oleh siswa SMA Pangudi Luhur Van Lith yang berasal dari berbagai latar belakang etnis dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan asrama. Selain itu,

penelitian ini juga berupaya untuk memahami tantangan-tantangan yang mereka hadapi selama proses adaptasi tersebut, baik yang bersifat internal maupun yang muncul dari dinamika lingkungan sosial dan budaya di sekolah berasrama.

PARADIGMA PENELITIAN

Paradigma Interpretif

Penelitian ini menggunakan paradigma interpretif yang menjelaskan perilaku secara terperinci. Paradigma interpretif berfokus pada cara pandang seseorang dalam memahami dunia fenomena yang terjadi dari sudut pengalaman pribadi mereka (Littlejohn, Foss, & Oetzel, 2017). Paradigma ini sejalan dengan pendekatan naratif yang mengutamakan cerita atau pengalaman hidup sebagai sumber data utama. Dengan demikian paradigma interpretif sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu memahami makna proses adaptasi siswa di lingkungan sekolah berasrama, sesuai dengan pengalaman dan persepsi mereka.

KERANGKA TEORI

Teori Adaptasi Lintas Budaya

Teori Adaptasi Budaya (Cross-Cultural Adaptation Theory) menyoroti proses penyesuaian individu terhadap

lingkungan budaya yang berbeda agar dapat beradaptasi dengan baik, baik dari aspek psikologis maupun sosial. Teori ini menjelaskan bagaimana pendatang tinggal di lingkungan budaya baru dapat berubah dari “orang luar” menjadi “orang dalam” yang lebih aktif dan mampu beradaptasi dengan baik. Fokus utamanya bukan hanya apakah seseorang berhasil beradaptasi, melainkan juga bagaimana dan mengapa mereka bisa melakukannya. Teori ini menjelaskan apa saja yang dibutuhkan untuk beradaptasi dengan budaya baru dan berhasil melalui proses tersebut, bagaimana mereka menghadapi tantangan adaptasi, seperti menyesuaikan diri dengan aturan, nilai, dan kebiasaan dalam lingkungan yang baru. Ketika seseorang berada di lingkungan baru, mereka sering mengalami krisis psikologis karena belum memahami simbol atau aktivitas dalam budaya tersebut. Proses adaptasi tidak hanya menambahkan elemen budaya baru ke dalam diri mereka, tetapi juga melepaskan sebagian budaya lama. Hal ini berarti untuk mempelajari hal baru, mereka harus mengubah respon lama yang sebelumnya digunakan dalam situasi tertentu.

Culture Shock

Culture shock merupakan istilah yang diperkenalkan oleh Oberg (1960) untuk mendeskripsikan kecemasan yang muncul

ketika seseorang kehilangan sebagian atau semua tanda dan simbol hubungan sosial yang dikenal sejak lama. Memasuki budaya baru berpotensi membuat seseorang kewalahan, baik secara fisik maupun mental. Ketika seseorang memasuki budaya baru, perbedaan cara bicara, ekspresi, gerakan, hingga norma sosial dapat memicu munculnya perasaan frustrasi dan cemas. Menurut Bock, *culture shock* muncul sebagai reaksi emosional yang diakibatkan oleh ketidakmampuan memahami, mengendalikan, dan memprediksi perilaku di lingkungan baru, yang merupakan kebutuhan dasar (Kim & Gudykunst, 1988). Ketika seseorang tidak bisa melakukan hal tersebut, kebiasaan sehari-hari yang biasanya terasa alami tiba-tiba terasa aneh dan tidak dikenali, begitu pula perilaku orang lain yang terlihat asing bagi mereka.

Adler menyatakan bahwa *culture shock* sebaiknya tidak hanya dilihat sebagai sebuah masalah atau hambatan, melainkan sebagai bagian dari proses transisi yang dapat mendorong seseorang untuk belajar, tumbuh, dan lebih memahami dirinya sendiri (Kim, 2001). *Culture shock* tidak hanya dipandang sebagai hambatan, tetapi juga pengalaman transisi yang dapat mendorong penerapan nilai-nilai, sikap, dan pola perilaku baru. Dengan kata lain, *culture shock* adalah

bagian penting dari perjalanan adaptasi yang membawa dampak positif jika dihadapi dengan cara yang tepat.

Siswa SMA Pangudi Luhur Van Lith yang berasal dari berbagai etnis dapat mengalami *culture shock* ketika memasuki kehidupan di sekolah berasrama. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai aspek baru di lingkungan sekolah maupun asrama. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan *culture shock* pada siswa meliputi: kebiasaan hidup di asrama dengan aturan dan rutinitas yang berbeda dengan kehidupan di rumah, perbedaan gaya komunikasi siswa yang berasal dari daerah lain, tradisi yang berlaku di SMA Pangudi Luhur Van Lith, serta keragaman sosial yang menyatu di lingkungan sekolah dan asrama.

U-Curve Model

Setiap individu memiliki waktu dan cara yang berbeda-beda dalam menyesuaikan diri dengan budaya yang berbeda. Namun sebagian besar penelitian awal tentang *culture shock* menggunakan model U-Curve untuk menjelaskan proses penyesuaian. Model ini membagi proses adaptasi menjadi empat tahap, yang menggambarkan bagaimana seseorang menyesuaikan diri dengan budaya baru secara bertahap.

U-Curve model pertama kali

diperkenalkan oleh Sverre Lysgaard pada tahun 1955 untuk menjelaskan pola emosional yang dialami individu saat menyesuaikan diri di lingkungan baru. Dalam teori ini, adaptasi digambarkan sebagai perjalanan emosional yang menyerupai kurva yang berbentuk huruf “U”, yang terdiri dari empat tahap utama: honeymoon, crisis, recovery, dan adjustment. Tahapan ini dimulai dengan fase honeymoon, di mana individu merasakan kegembiraan dan optimisme ketika pertama kali datang ke lingkungan baru. Menghadapi kehidupan di lingkungan budaya baru sering dianggap sebagai pengalaman yang menarik dan unik, sehingga pendatang biasanya memiliki harapan besar terhadap tempat barunya, yang kemudian memunculkan rasa gembira yang menggebu-gebu. Fase kedua, yaitu fase krisis, ditandai dengan munculnya tantangan atau konflik yang harus dihadapi individu saat berinteraksi dengan budaya baru. Keadaan ini memunculkan *culture shock* yang berpengaruh pada proses adaptasi seseorang. Pada fase ini, individu mulai merasakan ketidakpuasan dan kebingungan karena adanya perbedaan budaya yang signifikan antara lingkungan baru dan budaya asalnya. Mereka mungkin mengalami rasa frustrasi, kecemasan, hingga mengisolasi diri karena sulit menyesuaikan diri dengan nilai,

norma, kebiasaan, atau pola komunikasi yang berbeda. Meskipun penuh tekanan, fase ini merupakan bagian alami dari proses adaptasi, yang membantu individu memahami perbedaan budaya dan mempersiapkan mereka untuk fase penyesuaian berikutnya. Fase ketiga, yaitu *recovery*, merupakan periode di mana individu mulai memahami dan mencoba menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Ketidaknyamanan yang sebelumnya dirasakan mulai berkurang dan mereka mulai mengembangkan strategi untuk menghadapi kesulitan, seperti mempelajari kebiasaan lokal, membangun hubungan sosial, dan memahami pola komunikasi yang berbeda. Secara perlahan, pendatang merasa lebih nyaman, percaya diri, sehingga mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih baik. Fase terakhir, yaitu penyesuaian, di mana pendatang mencapai kenyamanan dan stabilitas emosional dalam lingkungan barunya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan naratif Clandinin & Connelly untuk memaparkan dan merangkum fenomena yang menjadi objek kajian. Metode ini dianggap sesuai untuk digunakan dalam penelitian yang memerlukan kajian

mendalam, seperti memahami proses adaptasi siswa SMA Pangudi Luhur Van Lith Berasrama yang berasal dari berbagai etnis. Metode naratif Clandinin & Connelly berfokus pada pengalaman manusia sebagai cerita yang dituturkan, diinterpretasikan, dan dimaknai.

Dalam penelitian ini, yang menjadi subjek penelitian adalah siswa SMA Pangudi Luhur Van Lith kelas XII yang berasal dari etnis Dayak, Toraja, dan Ambon. Masing-masing membawa jejak nilai budaya yang khas, yang secara implisit maupun eksplisit memengaruhi cara mereka menanggapi lingkungan baru di asrama. Representasi lintas pulau ini memastikan bahwa penelitian mencakup pengalaman adaptasi yang lebih luas, sehingga hasilnya lebih inklusif dan tidak hanya terfokus pada satu kelompok budaya.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif yang diperoleh melalui wawancara dengan narasumber. Penelitian ini juga menggunakan data sekunder yang berasal dari berbagai sumber literatur, meliputi jurnal dan buku yang relevan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman adaptasi siswa SMA

Pangudi Luhur Van Lith dari latar belakang etnis yang beragam berlangsung secara kompleks, personal, dan sangat kontekstual. Dengan menggunakan pendekatan naratif, pengalaman hidup para siswa ditangkap tidak hanya sebagai data, tetapi sebagai rangkaian makna yang terus berkembang seiring waktu dan relasi yang mereka bangun. Meskipun terdapat kecenderungan pola adaptasi yang menyerupai empat tahapan model U-Curve (honeymoon, shock, recovery, adjustment), temuan lapangan menunjukkan bahwa tiap narasumber melewati tahapan tersebut dengan urutan, intensitas, dan makna yang berbeda-beda. Proses adaptasi tidak bersifat linier, melainkan berlangsung sebagai rangkaian dinamika emosional, sosial, kognitif, dan spiritual yang saling terkait.

Fase awal adaptasi ditandai oleh antusiasme atau kecanggungan yang muncul karena ekspektasi terhadap lingkungan baru. Siswa menghadapi perbedaan budaya, kebiasaan, dan sistem kedisiplinan yang ketat, yang tidak selalu selaras dengan pengalaman hidup sebelumnya. Fase shock muncul dalam bentuk ketegangan sosial, konflik antarteman, kesenjangan akademik, perasaan homesick, hingga kebingungan menghadapi rutinitas rohani yang intens. Tantangan-tantangan ini diperparah oleh perbedaan logat, nilai sosial, serta stereotip

yang kadang muncul dalam interaksi sehari-hari.

Seiring berjalannya waktu, narasumber mulai menunjukkan tanda-tanda pemulihan dan adaptasi. Fase recovery ditandai dengan mulai terbentuknya pola belajar baru, penerimaan terhadap rutinitas, keterbukaan terhadap keberagaman karakter, serta mulai munculnya inisiatif untuk menjalin relasi yang lebih sehat. Proses ini juga melibatkan strategi coping yang beragam, mulai dari mencari teman yang suportif, bergabung dalam kegiatan organisasi, hingga membangun rutinitas spiritual yang lebih personal.

Pada fase adjustment, siswa tampak semakin stabil secara emosional dan sosial. Mereka tidak hanya mampu menyesuaikan diri dengan ritme kehidupan asrama dan sekolah, tetapi juga mulai menemukan identitas diri yang lebih matang. Beberapa siswa bahkan mengembangkan rasa memiliki terhadap komunitas asrama dan menjadikan pengalaman berasrama sebagai ruang pertumbuhan personal yang penting. Adaptasi pada tahap ini tidak lepas dari peran dukungan sosial, baik dari teman sebaya, figur pendamping, maupun proses refleksi yang mereka jalani sendiri.

Temuan ini menunjukkan bahwa proses adaptasi siswa tidak bisa dipahami

hanya sebagai penyesuaian terhadap sistem, melainkan sebagai proses hidup yang sarat dengan pembentukan makna, pergeseran identitas, dan relasi yang terus dinegosiasikan. Faktor-faktor seperti latar belakang budaya, pengalaman spiritual sebelum masuk sekolah, persepsi terhadap aturan, dan ketersediaan ruang dialog sangat memengaruhi bagaimana setiap siswa menjalaninya. Adaptasi bukan hanya tentang bertahan, tetapi tentang bertumbuh—dalam keberagaman, dalam tekanan, dan dalam pencarian makna diri di ruang yang baru.

Adaptasi bukan sekadar pencapaian stabilitas, tetapi adalah proses menjadi: menjadi bagian dari komunitas, menjadi diri yang baru, dan menjadi lebih mampu untuk membaca keberagaman. Inilah dimensi naratif dari adaptasi — yang hanya bisa terbaca jika pengalaman mereka didengarkan, bukan disederhanakan dalam kategori linier.

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa proses adaptasi siswa berasrama dari berbagai etnis berlangsung secara kompleks, kontekstual, dan sangat personal. Meskipun pola umum adaptasi menunjukkan kecenderungan mengikuti model U-Curve, temuan lapangan memperlihatkan bahwa tiap

individu mengalami tahapan adaptasi secara berbeda—baik dari segi intensitas, urutan, maupun makna yang dibentuk dari pengalaman tersebut.

Adaptasi tidak hanya mencakup proses menyesuaikan diri dengan rutinitas atau aturan formal, melainkan juga mencakup upaya membentuk relasi sosial yang sehat, menghadapi perbedaan budaya, serta merefleksikan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan teman sebaya, pengalaman spiritual, serta ruang-ruang relasi yang terbuka menjadi elemen penting yang memperkuat proses bertumbuh siswa selama masa adaptasi.

SARAN

Penelitian ini merekomendasikan pentingnya memperkuat dukungan relasional dalam proses adaptasi siswa, tidak hanya melalui pendekatan formal dari pihak sekolah, tetapi juga melalui interaksi sehari-hari yang bersifat horizontal antarsiswa maupun alumni.

Dari sisi siswa sendiri, penting untuk mendorong kesadaran akan peran aktif mereka dalam proses penyesuaian diri. Mampu mengenali kebutuhan emosional, membuka diri terhadap perbedaan budaya, serta mencari dukungan secara sadar merupakan bagian dari keterampilan hidup

yang terus dapat diasah selama masa tinggal di asrama.

Bagi peneliti selanjutnya, pendekatan naratif dapat terus dikembangkan untuk menggali pengalaman adaptasi dari sudut pandang yang lebih beragam, seperti guru, pamong, orang tua, atau alumni. Perspektif-perspektif ini dapat memperkaya pemahaman terhadap sistem adaptasi yang terbentuk secara kolektif dan lintas peran.

DAFTAR PUSTAKA

- Anom, E., & Mayagita, A. (2021). Indonesian Students Adaptation to Culture Shock: A Case Study. *Budapest International Research and Critics Institute-Journal*, 4(4), 11379-11387. <https://doi.org/10.33258/birci.v4i4.3201>
- ÇİTİL AKYOL, C., & KUTLU, M. (2023). Adaptation Problems at Regional Boarding Schools from the Perspective of the School Counselors. *Turkish Journal of Counseling Psychology and Guidance*, 13(70), 388-406. <https://doi.org/10.17066/tpdrd.1323307.9>
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative Inquiry: Experience and Story in Qualitative Research*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design 4th Edition*. Thousand Oaks: SAGE Publications, Inc.
- Esterberg, K. (2002). *Qualitative Methods in Social Research*. Boston: McGraw Hill.
- Jandevi, U., & Zareen, M. (2020). Cross-cultural communication of the Indonesian students in. *International Journal of Communication and Society*, 2(2), 79-85. <https://doi.org/10.31763/ijcs.v2i2.96>
- Kim, Y. Y. (2001). *Becoming Intercultural: An Integrative Theory of Communication and Cross-Cultural Adaptation*. Sage Publications.
- Kim, Y. Y., & Gudykunst, W. B. (1988). *Cross-Cultural Adaptation: Current Approaches*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (2000). *Paradigmatic Controversies, Contradictions, and Emerging Confluences*.
- Littlejohn, S. W., Foss, K. A., & Oetzel, J. G. (2017). *Theories of Human Communication*. Waveland Press.
- Mundeza, R. S. (2021). Process of Student Adaptation of Culture Shock. *Journal La Sociale*, 2(2), 26-31. <https://doi.org/10.37899/journal-la-sociale.v2i2.386>
- Oberg, K. (1960). Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. *Practical Anthropology*, 177-182.
- Pangudi Luhur Van Lith. (n.d.). *Profil Sekolah*. Retrieved from Van Lith Muntilan: <https://vanlith-mtl.sch.id/>
- Samovar, L. A., Porter, R. E., McDaniel, E. R., & Roy, C. S. (2015). *Communication Between Culture 9th Edition*.

Zaidah, N., Affini, N. L., Setyorini, A., & Nur'Aini, S. (2023). Cross-Cultural Adaptation of Darmasiswa International. *Lensa: Kajian Kebahasaan, Kesusastraan, dan Budaya*, 13(2), 189-203. <https://doi.org/10.26714/lensa.13.2.2023.189-203>