

**PENGUNGKAPAN DIRI DAN GEGAR BUDAYA PADA MAHASISWA
PESERTA PROGRAM PERTUKARAN**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat
Sarjana S-1 Psikologi**



Chatarina Luppine Rasuli

19090000046

Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang

2023

**PENGUNGKAPAN DIRI DAN GEGAR BUDAYA PADA MAHASISWA PESERTA
PROGRAM PERTUKARAN**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat
Sarjana S-1 Psikologi**



Chatarina Luppine Rasuli

19090000046

**Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang**

2023

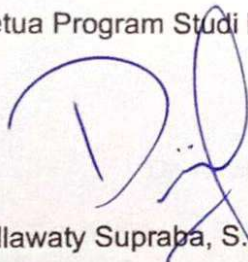
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Chatarina Luppine Rasuli
NIM : 19090000046
Universitas : Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengungkapan Diri dan Gegar Budaya pada Mahasiswa Peserta Program Pertukaran

Malang, 14 April 2023

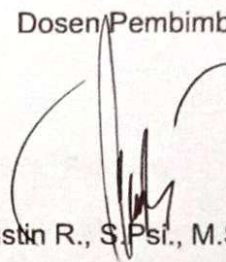
DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dr. Agustin R., S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**Pengungkapan Diri dan Gelar Budaya pada Mahasiswa Peserta Program
Pertukaran**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Chatarina Luppine Rasuli

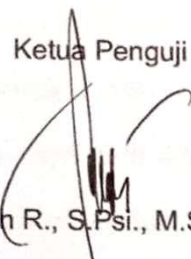
19090000046

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

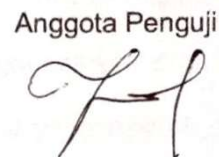
Pada tanggal

24 Februari 2023

Susunan Dewan Penguji

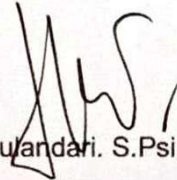
Ketua Penguji


Dr. Agustih R., S.Psi., M.Si., Psikolog

Anggota Penguji


Yudi Tri Harsono, S.Psi., MA

Anggota Penguji



Dr. Nawang Warsi Wulandari. S.Psi, M.Si., Psikolog

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
S-1 Psikologi

Malang, 14 April 2023
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari. S.Psi, M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul **"Pengungkapan Diri dan Gegar Budaya Pada Mahasiswa Peserta Program Pertukaran"** merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi lainnya. dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang telah tertulis di acuan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 14 April 2023



Chatarina Luppine Rasuli

MOTTO

Musuh dan Kawan Terbaikmu adalah Dirimu Sendiri

HALAMAN PERSEMBAHAN

Halaman ini kupersembahkan untuk orang-orang yang telah mendukung, menemani, dan memberikan pelajaran yang berguna untuk pengerjaan skripsi ini dan saya dapat menyelesaikan studi saya selama 3,5 tahun ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yesus atas segala rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Selesaiannya proses skripsi ini tidak lepas dari bantuan semua pihak. Maka dari itu, penulis ingin menyampaikan ucapan dan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Terimakasih kepada Tuhan yang Maha Esa yang memberikan berkat, karunia, dan kasihNya hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi W. S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Unmer Malang.
3. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing utama, terimakasih telah membimbing penulis selama penyusunan skripsi ini, memberikan dorongan yang tiada henti, dan terimakasih telah memberikan saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Yudi Tri Harsono, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing dua yang telah membantu peneliti dalam hal kerapian, ketelitian, dan psikometri. Terimakasih telah memberikan harapan bagi peneliti untuk menyelesaikan skripsi pada semester ini
5. Ibu Deasy Christia Sera S.Psi., M.Si selaku dosen yang telah memberikan peneliti kesempatan menjadi mentor Modul Nusantara sehingga menginspirasi penyusunan skripsi yang mengangkat tentang pertukaran mahasiswa.

6. Bapak, ibu dosen dan staff Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
Terimakasih atas dukungan untuk menyelesaikan skripsi pada semester ini.
7. Terimakasih kepada kedua orang tua penulis, atas semua dorongan, doa, dan motivasi yang tidak pernah berhenti di tiap waktu.
8. Terimakasih kepada Mico, Dita, Dito Ditha, Christa, dan banyak orang yang telah rela meluangkan waktu untuk mendengar keluh kesah penulis ketika menyusun tugas akhir dengan sepenuh hati.
9. Terimakasih kepada kakak-kakak tingkat yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi mulai terkait dengan tata bahasa, banyak uji, dan hal-hal lain.
10. Terimakasih yang terakhir diucapkan kepada diri sendiri yang telah mampu menyelesaikan skripsi ini meskipun terhalang banyak hal. Terimakasih karena telah mampu tegar dalam kondisi apapun untuk terus maju ke depan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa yang telah mencurahkan berkat dan kasih sayang, bimbingan, dan Roh Kudusnya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengungkapan Diri dan Gegar Budaya pada Mahasiswa Peserta Program Pertukaran.”

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui hubungan pengungkapan diri dan gegar budaya yang terjadi pada mahasiswa peserta program pertukaran dan guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 Program Studi Psikologi.

Atas segala kekurangan dan ketidaksempurnaan skripsi ini, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik dan saran yang membangun guna memperbaiki penulisan skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi setiap pihak dan dapat mengembangkan penyusunan penelitian ini.

Malang, 24 Februari 2023

Chatarina Luppine Rasuli

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
INTISARI	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENGANTAR	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	5
D. Perbedaan Dengan Penelitian Sebelumnya.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Gegar Budaya	9
1. Pengertian	9
2. Faktor yang Mempengaruhi Gegar Budaya.....	11
3. Aspek-Aspek Gegar Budaya	12
B. Pengungkapan Diri.....	16
1. Pengertian	16
2. Tingkatan Pengungkapan Diri	17
3. Karakteristik Pengungkapan Diri	18

4. Faktor yang Mempengaruhi Pengungkapan diri	20
5. Aspek-Aspek Pengungkapan diri	22
C. Kerangka Pemikiran	25
D. Hipotesis Penelitian	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	26
1. Gegar Budaya	26
2. Pengungkapan Diri	27
B. Subjek Penelitian.....	27
1. Populasi	27
2. Sampel.....	27
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	28
C. Cara Pengumpulan Data.	30
1. <i>Blueprint</i> Skala Gegar Budaya	30
2. <i>Blueprint</i> Skala Pengungkapan Diri.....	31
3. Validitas dan Reliabilitas	31
1. Validitas.....	31
2. Reliabilitas	32
D. Desain Penelitian.....	34
E. Cara Analisis Data	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Deskripsi Subjek Penelitian	36
B. Deskripsi Reliabilitas Data	36
1. Deskripsi Data.....	36
2. Validitas Skala	39
3. Reliabilitas Skala.....	42
C. Hasil.	43
1. Uji Asumsi	43
a. Uji Normalitas.....	43
b. Uji Linearitas	43
2. Uji Hipotesis	44

D. Pembahasan.....	45
BAB V PENUTUP.....	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47
Daftar Pustaka.....	50
Lampiran.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penilaian Skala Likert.....	29
Tabel 2 <i>Blueprint</i> Gegar Budaya.....	30
Tabel 3 <i>Blueprint</i> Pengungkapan Diri.....	31
Tabel 4 Deskripsi Data Subjek.....	37
Tabel 5 Rumus Skor Standar.....	37
Tabel 6 Kategorisasi Gegar Budaya.....	38
Tabel 7 Kategorisasi Pengungkapan Diri.....	39
Tabel 8 Sebaran Butir Gegar Budaya.....	41
Tabel 9 Sebaran Butir Pengungkapan Diri.....	42
Tabel 10 Hasil Uji Reabilitas Skala.....	42
Tabel 11 Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 12 Hasil Uji Linieritas.....	44
Tabel 13 Hasil Uji Korelasi.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka konseptual.....	25
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Pengungkapan Diri dan Gegar Budaya	52
Lampiran 2 Tabulasi Skala Pengungkapan Diri dan Gegar Budaya	60
Lampiran 3 Tabulasi Skala Valid Pengungkapan Diri dan Gegar Budaya	71
Lampiran 4 Validitas Aitem.	80
Lampiran 5 Reliabilitas Skala Penelitian	85
Lampiran 6 Hasil Uji Normalitas	90
Lampiran 7 Hasil Uji Linieritas.....	92
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis	94
Lampiran 9 Expert Judgement	96
Lampiran 10 Cek Plagiasi dan Turnitin	99
Lampiran 11 Riwayat Hidup	102

PENGUNGKAPAN DIRI DAN GEGAR BUDAYA PADA MAHASISWA PESERTA PROGRAM PERTUKARAN

Chatarina Luppine Rasuli

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

sluppine@gmail.com

Intisari

Gegar budaya merupakan hal yang kerap kali dialami oleh individu yang berpindah ke tempat yang baru dan tinggal dalam rentang waktu yang lama. Jika gegar budaya tidak segera diatasi, maka hal ini akan memberikan dampak negatif bagi individu. Gegar budaya seringkali dialami oleh mahasiswa yang berkuliah ke luar daerahnya dan akan mengganggu proses belajarnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengakuan diri dengan gegar budaya yang terjadi pada mahasiswa peserta program pertukaran. Penelitian ini bersifat kuantitatif non eksperimental. Sampel pada penelitian ini berjumlah 40 mahasiswa yang melakukan pertukaran mahasiswa di Universitas Merdeka Malang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuhm dengan alat ukur skala pengungkapan diri (41 valid) dan skala gegar budaya (38 valid) dalam bentuk skala likert. Koefisien reliabilitas 0.916 untuk variabel intensitas pengungkapan diri dan 0.796 untuk variabel gegar budaya. Hasil hipotesis menggunakan uji korelasi *Pearson* dan mendapatkan nilai $0.102 > 0.05$, maka dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara pengungkapan diri dan gegar budaya yang terjadi pada mahasiswa peserta program pertukaran.

Kata Kunci: gegar budaya, pengungkapan diri, pertukaran mahasiswa

**SELF-DISCLOSURE AND CULTURAL SHOCK AMONG STUDENTS
PARTICIPATING IN EXCHANGE PROGRAMS**

Chatarina Luppine Rasuli

Faculty of Psychology Universitas Merdeka Malang

sluppine@gmail.com

Abstract

Cultural shock is often experienced by individuals who move to a new place and live there for a long period of time. If cultural shock is not addressed immediately, it will have negative impacts on individuals. Cultural shock is often experienced by students who study outside their hometown and it can disturb their learning process. The purpose of this study is to determine the relationship between self-disclosure and cultural shock among students participating in exchange programs. This research is a non-experimental quantitative study. The sample for this study consisted of 40 students who participated in student exchange programs at the Universitas Merdeka Malang. The sampling technique used was a saturated sampling technique with a measurement tool of self-disclosure scale (41 valid) and cultural shock scale (38 valid) in the form of a Likert scale. The reliability coefficient was 0.916 for the self-disclosure variable and 0.796 for the cultural shock variable. The hypothesis test using the Pearson correlation test obtained a value of $0.102 > 0.05$, which means that there is no relationship between self-disclosure and cultural shock among students participating in exchange programs.

Keywords: cultural shock, self-disclosure, student exchange.