

Adaptasi lintas budaya mahasiswa Indonesia di Thailand

Cross-cultural adaptation of Indonesian students in Thailand

Rully Andika¹, Tri Wahyuni²

¹SI Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Al-Irsyad

²Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

e-mail : andikarulli@gmail.com

INFO ARTIKEL

ABSTRAK/ABSTRACT

Kata Kunci :
adaptasi lintas
budaya; mahasiswa
Indonesia; Thailand;
fenomenologi
deskriptif; resiliensi

Latar belakang: mobilitas mahasiswa Indonesia ke Thailand menuntut kemampuan penyesuaian budaya yang tidak selalu mudah. Penelitian ini bertujuan memahami pengalaman adaptasi lintas budaya dua mahasiswa Indonesia di Thailand. Desain penelitian menggunakan fenomenologi deskriptif untuk mengungkap makna pengalaman secara mendalam dan mengaitkannya dengan teori adaptasi budaya. Proses analisis mengikuti kerangka tematik (Braun & Clarke). Hasil memunculkan empat tema: (1) Hambatan lintas budaya—khususnya bahasa/aksara Thailand, makanan, ritme hidup, dan akses transportasi—yang memicu disorientasi awal; (2) Respons emosional berupa sedih, bingung, frustrasi, serta strategi diam untuk menjaga harmoni, yang kemudian bergeser menjadi keterbukaan dan rasa ingin tahu; (3) Proses penyesuaian diri melalui coping mandiri (mis. olahraga/hiburan), membangun jejaring dukungan, serta menyesuaikan pola makan dan gaya hidup; (4) Transformasi pribadi ditandai penerimaan, penghargaan pada nilai lokal, dan perspektif yang lebih inklusif. Temuan menegaskan bahwa adaptasi bersifat dinamis: tekanan budaya dapat menjadi pemicu pertumbuhan psikologis ketika tersedia ruang aman dan dukungan sosial yang memadai bagi mahasiswa internasional. Implikasi: institusi perlu memperkuat layanan dukungan bahasa, jejaring sosial, dan ruang ekspresi emosi lintas budaya.

Keyword : *cross-cultural adaptation; Indonesian students; Thailand; descriptive phenomenology; resilience*

Background: Indonesian students' mobility to Thailand requires substantial cultural adjustment. This study explores the cross-cultural adaptation experiences of two Indonesian students in Thailand. We applied a descriptive phenomenological design to elicit the meanings of lived experiences and link them with cultural adaptation theories. Data were thematically analyzed (Braun & Clarke). Findings revealed four themes: (1) Cross-cultural barriers—notably Thai language/script, food preferences, lifestyle pace, and transport access—triggering initial disorientation; (2) Emotional responses, including sadness, confusion, frustration, and preference for silence to maintain harmony, which gradually shifted toward openness and curiosity; (3) Adjustment processes via self-coping (e.g., exercise/entertainment), building social networks, and modifying diet and daily routines; and (4) Personal transformation, marked by respect for local values and a more inclusive perspective. These findings highlight adaptation as a dynamic process: cultural stress can catalyze psychological growth when safe spaces and social support for international students are available. Implications: universities should strengthen language support, social networking opportunities, and culturally safe emotional-expression spaces.

A. PENDAHULUAN

Mobilitas mahasiswa lintas negara semakin meningkat seiring dengan arus globalisasi pendidikan tinggi. Data menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa internasional di dunia telah mencapai lebih dari 6 juta orang, dengan tren pertumbuhan signifikan di kawasan Asia Tenggara (Khalid, B., & Kurowska-Pysz, J. , 2024) dimana mobilitas mahasiswa di kawasan ASEAN terus meningkat, dengan Vietnam mencatat jumlah tertinggi mahasiswa yang belajar di luar negeri di antara negara ASEAN. Negara tujuan utama mencakup AS, Australia, dan Jepang. Pertumbuhan ini dipengaruhi oleh kebijakan pemerintah, belanja pendidikan tinggi, dan pertumbuhan ekonomi. Adaptasi lintas budaya menjadi isu penting karena menentukan keberhasilan mahasiswa dalam menempuh studi, sekaligus berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial mereka.

Di tingkat nasional, Indonesia termasuk negara dengan mobilitas mahasiswa yang cukup tinggi. Menurut data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, ribuan mahasiswa Indonesia setiap tahun menempuh pendidikan di luar negeri, termasuk di Thailand. Sebagai negara tetangga dengan hubungan akademik yang erat, Thailand menjadi salah satu tujuan utama studi mahasiswa Indonesia, khususnya di bidang kesehatan, teknologi, dan sosial humaniora (Mustakim, et.al, 2024). Meski jarak

geografis relatif dekat dan terdapat kemiripan nilai budaya Asia, kenyataannya mahasiswa Indonesia tetap menghadapi tantangan adaptasi yang tidak sederhana.

Secara lokal, mahasiswa Indonesia di Thailand seringkali berhadapan dengan hambatan bahasa, perbedaan pola hidup, makanan, hingga ritme akademik yang berbeda dengan di Indonesia. Hambatan tersebut tidak hanya berdampak pada aspek akademik, tetapi juga pada dimensi psikologis seperti stres akulturatif, kesepian, hingga rasa keterasingan. Berbagai studi terdahulu menekankan bahwa kemampuan beradaptasi lintas budaya sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, strategi coping, dan keterbukaan terhadap pengalaman baru (Mustakim, et.al, 2024). Namun, penelitian spesifik yang menggali pengalaman mahasiswa Indonesia di Thailand dengan pendekatan fenomenologis masih terbatas.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam proses adaptasi lintas budaya mahasiswa Indonesia di Thailand, dengan fokus pada hambatan, respons emosional, strategi penyesuaian diri, serta transformasi pribadi yang dialami. Dengan pendekatan fenomenologi deskriptif, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pada

pemahaman ilmiah mengenai adaptasi mahasiswa lintas budaya, serta menjadi dasar pengembangan kebijakan pendukung bagi mahasiswa internasional.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif. Pendekatan ini dipilih untuk menggali pengalaman hidup mahasiswa Indonesia yang menempuh studi di Thailand secara mendalam, sehingga dapat memahami makna yang terkandung dalam proses adaptasi lintas budaya.

Lokasi dan Waktu Penelitian. Penelitian dilaksanakan di Thailand pada tahun 2025, dengan fokus pada pengalaman mahasiswa Indonesia yang sedang menempuh pendidikan tinggi di negara tersebut.

Partisipan. Partisipan penelitian terdiri dari dua mahasiswa Indonesia yang sedang menempuh studi di universitas di Thailand. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive dengan kriteria: (1) berstatus mahasiswa aktif di Thailand, (2) berasal dari Indonesia, (3) bersedia menceritakan pengalaman pribadi secara terbuka.

Teknik Pengumpulan Data. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur. Pertanyaan difokuskan pada pengalaman adaptasi lintas budaya, hambatan yang dihadapi, strategi penyesuaian diri, serta transformasi pribadi

yang dialami selama studi. Wawancara dilakukan secara langsung dan daring, sesuai dengan ketersediaan partisipan, dan direkam dengan persetujuan mereka.

Analisis Data. Data dianalisis dengan menggunakan analisis tematik Braun & Clarke (2006, dalam Roseveare, C. (2023), yang mencakup enam tahapan: (1) familiarisasi dengan data, (2) menghasilkan kode awal, (3) mencari tema, (4) meninjau tema, (5) mendefinisikan dan menamai tema, serta (6) menyusun laporan. Proses coding dilakukan secara manual dengan memperhatikan kesesuaian data dan teori adaptasi budaya (U-Curve Hypothesis) (Mulyana, D., & Eko, B., 2017).

Keabsahan Data. Untuk menjaga kredibilitas hasil penelitian, dilakukan member check kepada partisipan guna memastikan kesesuaian interpretasi peneliti dengan pengalaman asli yang disampaikan. Selain itu, triangulasi teori digunakan dengan membandingkan temuan penelitian terhadap kerangka konseptual dan literatur terkait (Caretta & Pérez, 2019).

C. HASIL

Hasil penelitian ini menggambarkan pengalaman adaptasi lintas budaya dua mahasiswa Indonesia yang menempuh studi di Thailand. Analisis tematik menghasilkan empat tema utama, yaitu:

1. Hambatan Lintas Budaya. Partisipan menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan perbedaan bahasa, terutama alfabet Thailand yang berbasis aksara Sanskerta, sehingga memengaruhi komunikasi akademik maupun sosial. Selain itu, perbedaan rasa makanan (cenderung asam dan pedas), keterbatasan transportasi umum, serta ritme hidup masyarakat lokal yang lebih lambat menambah tantangan. Hambatan-hambatan tersebut menimbulkan perasaan asing dan membutuhkan penyesuaian bertahap.

2. Respons Emosional terhadap Perbedaan Budaya. Partisipan menunjukkan reaksi emosional berupa sedih, bingung, frustrasi, serta kecenderungan menyimpan masalah demi menjaga harmoni. Seiring waktu, muncul keterbukaan dan rasa ingin tahu terhadap budaya lokal. Hal ini menandai pergeseran dari fase awal culture shock menuju proses pemulihan psikologis.

3. Proses Penyesuaian Diri. Strategi coping digunakan untuk mengelola tekanan, seperti menonton, berolahraga, atau melakukan aktivitas spiritual. Partisipan juga mulai membangun jejaring sosial, baik dengan sesama mahasiswa Indonesia maupun komunitas lokal, yang membantu mengurangi rasa kesepian. Selain itu, mereka melakukan penyesuaian gaya hidup, misalnya berolahraga, memasak makanan sendiri atau membawa bumbu dari Indonesia untuk menjaga kenyamanan.

4. Pembelajaran dan Transformasi Pribadi. Pengalaman hidup di Thailand mendorong partisipan untuk lebih menghargai perbedaan, menghormati budaya lokal, dan mengembangkan perspektif yang lebih terbuka. Proses adaptasi tidak hanya membantu mereka bertahan, tetapi juga membentuk transformasi identitas menjadi pribadi yang lebih inklusif, reflektif, dan dewasa. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi lintas budaya merupakan proses dinamis yang melibatkan hambatan, emosi, strategi penyesuaian, hingga transformasi personal.

D. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa adaptasi lintas budaya mahasiswa Indonesia di Thailand merupakan proses dinamis yang melibatkan hambatan, respon emosional, strategi penyesuaian diri, hingga transformasi pribadi.

Tema 1.

Hambatan lintas budaya, seperti perbedaan bahasa, makanan, transportasi, dan ritme hidup, konsisten dengan fase krisis dalam U-Curve Hypothesis Lawson & Shepherd (2019), di mana individu mengalami disorientasi terhadap sistem budaya yang baru. Hambatan bahasa khususnya menjadi tantangan utama yang sesuai dengan Culture Learning Theory

(Forman & Zachar, 2001), yang menyatakan bahwa keterampilan komunikasi lintas budaya memerlukan proses pembelajaran dan pembiasaan yang berkelanjutan.

Salah satu hambatan utama yang menonjol dalam proses ini adalah barrier bahasa. Ketidakmampuan untuk berkomunikasi secara efektif tidak hanya menghambat interaksi sosial, tetapi juga memperkuat rasa keterasingan dan ketergantungan terhadap sesama kelompok budaya sendiri. Hal ini sangat sejalan dengan Culture Learning Theory dari Forman & Zachar (2001), yang menekankan bahwa keterampilan komunikasi lintas budaya tidak bersifat instan, melainkan memerlukan proses belajar yang berkelanjutan dan adaptasi melalui pengalaman langsung. Individu perlu membangun pemahaman kontekstual, kebiasaan baru, serta sensitivitas budaya dalam interaksi sehari-hari.

Lebih jauh, barrier budaya lain seperti perbedaan jenis makanan dan pola makan, dapat menciptakan rasa tidak nyaman secara fisik maupun psikologis, apalagi jika makanan lokal tidak sesuai dengan preferensi atau nilai-nilai budaya yang dianut sebelumnya. Sementara itu, sistem transportasi yang berbeda juga dapat menambah lapisan stres, terutama jika mobilitas menjadi terbatas atau terasa

tidak aman.

Gaya hidup yang berbeda, baik dari segi ritme harian, relasi sosial, maupun norma-norma interpersonal, juga turut memperbesar tantangan dalam menyesuaikan diri. Dalam konteks ini, individu tidak hanya dituntut untuk menyesuaikan perilaku, tetapi juga melakukan negosiasi identitas agar tetap merasa otentik dalam lingkungan yang asing (Zhao & Schartner, 2023). Namun demikian, teori-teori ini juga mengisyaratkan bahwa krisis bukanlah titik akhir, melainkan bagian dari proses dinamis menuju adaptasi. Hambatan lintas budaya dapat diatasi secara bertahap melalui interaksi yang terus menerus, refleksi diri, serta pengembangan keterampilan sosial dan emosional dalam konteks multikultural.

Tema 2.

Respons emosional berupa sedih, bingung, dan frustrasi, sekaligus kecenderungan diam untuk menjaga harmoni, memperlihatkan adanya acculturative stress sebagaimana dijelaskan dalam model Berry (1997). Namun, seiring waktu muncul keterbukaan dan rasa ingin tahu, yang menunjukkan potensi recovery dan kesiapan menuju integrasi budaya. Hal ini sejalan dengan Kim's Integrative Theory of Cross-Cultural Adaptation (2001,

dalam Kim, Y. Y. (2001), yang menekankan bahwa stres dapat menjadi pemicu pertumbuhan personal jika individu bersikap reflektif dan fleksibel.

Respons emosional seperti kesedihan, kebingungan, dan frustrasi, serta kecenderungan untuk diam demi menjaga harmoni, merupakan bentuk nyata dari acculturative stress, sebagaimana dijelaskan dalam Model Akulturasi Berry (1997). Berry menjelaskan bahwa ketika seseorang berpindah ke lingkungan budaya yang baru, mereka akan menghadapi tekanan akibat perbedaan nilai, norma, dan harapan sosial. Reaksi emosional yang muncul, termasuk stres dan kecemasan, adalah bagian dari fase awal adaptasi, khususnya ketika individu belum menemukan strategi akulturasi yang efektif seperti integrasi atau asimilasi (Berry & Kim, 1987); (Riedel et al., 2011).

Kecenderungan diam atau tidak menyuarakan pendapat dapat dimaknai sebagai bentuk coping pasif, yang sering kali dipilih oleh individu yang berasal dari budaya kolektivistik, untuk menghindari konflik atau menjaga keharmonisan sosial. Namun, perilaku ini juga bisa memperburuk tekanan psikologis jika berlangsung terus-menerus tanpa adanya dukungan sosial atau strategi adaptasi aktif (Poyrazlı et al., 2004).

Seiring waktu, munculnya keterbukaan dan rasa ingin tahu terhadap budaya baru menunjukkan adanya pergeseran dari fase krisis menuju fase pemulihan dan integrasi

budaya. Perubahan ini mencerminkan kapasitas adaptif individu, yang dalam teori Kim (2001) disebut sebagai bagian dari proses "stress-adaptation-growth". Menurut Kim's Integrative Theory of Cross-Cultural Adaptation, stres bukan hanya beban, tetapi juga pemicu pertumbuhan personal apabila individu mampu bersikap reflektif, terbuka, dan fleksibel dalam menghadapi perbedaan budaya (Kim, 2001, dalam McLeod-Chambless, 2018).

Dalam studi lain, mahasiswa internasional yang menghadapi akulturasi dengan sikap fleksibel dan dukungan sosial yang baik, menunjukkan pemulihan yang lebih cepat dan perkembangan identitas yang lebih integratif. Mereka juga melaporkan peningkatan dalam keterampilan sosial dan ketahanan psikologis, yang memperkuat proses pertumbuhan tersebut (Chai & Rogers, 2004); (Riedel et al., 2011)

Tema 3.

Proses penyesuaian diri melalui coping mandiri, jejaring sosial, dan penyesuaian gaya hidup menunjukkan kecenderungan strategi integration (Berry, 1997), yaitu mempertahankan budaya asal sambil membuka diri pada budaya baru. Strategi ini terbukti paling sehat secara psikologis karena memungkinkan mahasiswa menyeimbangkan identitas budaya tanpa kehilangan keterhubungan sosial.

Dalam konteks mahasiswa internasional, penggunaan strategi integrasi sering kali tampak dalam cara mereka menjaga nilai-nilai budaya asal (misalnya melalui makanan, tradisi, atau komunitas sebangsa), sembari mengembangkan hubungan dengan individu dari budaya lokal, termasuk teman sekelas, tetangga, atau kolega akademik. Studi oleh (Chai & Rogers, 2004) menunjukkan bahwa kemampuan untuk menyesuaikan gaya hidup sambil tetap menjaga nilai-nilai budaya inti sangat membantu dalam membangun resiliensi psikologis dan mempercepat proses adaptasi.

Lebih jauh, koneksi sosial memainkan peran penting dalam mendukung strategi ini. Jaringan sosial, baik dari sesama ekspatriat maupun dari warga lokal, menyediakan sumber dukungan emosional dan praktis, yang memperkuat rasa memiliki serta mengurangi perasaan terisolasi. Menurut (Poyrazlı et al., 2004), dukungan sosial yang memadai berkorelasi dengan tingkat stres akulturatif yang lebih rendah dan kesejahteraan mental yang lebih tinggi di kalangan mahasiswa internasional.

Selain itu, penyesuaian gaya hidup, seperti menyesuaikan kebiasaan makan, sistem transportasi, atau norma sosial di lingkungan baru, menjadi bentuk adaptasi praktis yang memperlihatkan fleksibilitas individu dalam menghadapi tantangan lintas budaya. Proses ini tidak selalu mudah, tetapi dalam kerangka integrasi, adaptasi

dilakukan tanpa menanggalkan identitas diri, yang menjadikannya strategi adaptasi yang berkelanjutan dan sehat secara psikologis.

Dalam studi yang lebih luas, strategi integrasi dikaitkan dengan hasil adaptasi terbaik di berbagai domain: psikologis (perasaan nyaman dan stabil), sosiokultural (kemampuan interaksi lintas budaya), dan akademik (kemampuan belajar yang baik) (Riedel et al., 2011).

Tema 4.

Transformasi pribadi berupa penghargaan terhadap budaya lokal dan munculnya perspektif yang lebih terbuka mendukung konsep *growth under stress* dalam teori Kim (2001). Tekanan lintas budaya tidak hanya dihadapi sebagai hambatan, tetapi juga menjadi sarana perkembangan identitas dan kesadaran diri yang lebih inklusif.

Dalam proses yang disebut sebagai *stress-adaptation-growth dynamic*, pengalaman stres dalam konteks budaya asing mendorong individu untuk melakukan penyesuaian berulang, yang secara bertahap mengarah pada peningkatan kapasitas adaptif dan perubahan identitas. Identitas yang awalnya bersifat monokultural lambat laun berkembang menjadi identitas antarbudaya (*intercultural identity*), yang ditandai dengan kemampuan individu untuk berpikir dan berinteraksi secara

lebih terbuka terhadap berbagai budaya (Kim, 2008).

Hal ini diperkuat oleh studi terhadap mahasiswa internasional yang menunjukkan bahwa, seiring waktu, mereka mengalami pergeseran identitas kultural yang signifikan—dari ketidaktahuan dan keterasingan menjadi kesadaran diri yang lebih inklusif dan empatik terhadap budaya lain. Transformasi ini juga mencakup peningkatan kesadaran diri, penghargaan terhadap keberagaman, serta kemampuan untuk berelasi secara lebih luas dengan berbagai latar belakang budaya (Sobkowiak, 2021); (Tian & Lowe, 2014).

Proses ini bukanlah perubahan yang instan, tetapi merupakan hasil dari siklus berulang antara stres, adaptasi, dan pertumbuhan, yang memungkinkan individu menjadi lebih resilien dan tangguh dalam menghadapi tantangan lintas budaya. Dalam jangka panjang, individu yang melalui proses ini cenderung mengembangkan “intercultural personhood”, yaitu cara hidup dan berpikir yang melampaui batasan satu budaya tertentu dan mencerminkan identitas global yang lebih inklusif dan terbuka (Kim, 2008).

Dengan demikian, penelitian ini memperkuat temuan terdahulu bahwa adaptasi lintas budaya adalah proses kompleks yang tidak bersifat linier, tetapi sarat dengan dinamika psikologis, sosial, dan kultural. Implikasi penting bagi perguruan tinggi adalah perlunya dukungan

yang komprehensif, mulai dari pembelajaran bahasa, penguatan jejaring sosial, hingga penyediaan ruang aman untuk mengekspresikan dinamika emosional mahasiswa internasional.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa adaptasi lintas budaya mahasiswa Indonesia di Thailand merupakan proses dinamis yang mencakup empat tahap utama: menghadapi hambatan lintas budaya, merespons secara emosional, menempuh strategi penyesuaian diri, serta mengalami transformasi pribadi. Hambatan berupa bahasa, makanan, transportasi, dan ritme hidup menimbulkan tekanan psikologis pada awalnya. Namun, melalui coping mandiri, dukungan sosial, dan penyesuaian gaya hidup, partisipan mampu mengelola stres akulturatif. Proses ini berujung pada transformasi identitas, yaitu meningkatnya penghargaan terhadap budaya lokal serta berkembangnya perspektif yang lebih terbuka dan inklusif.

Saran

1. Bagi mahasiswa internasional, penting untuk membekali diri dengan keterampilan komunikasi lintas budaya serta strategi coping yang adaptif agar mampu menghadapi tantangan budaya baru.

2. Bagi perguruan tinggi, disarankan menyediakan program orientasi budaya, kursus bahasa, dan ruang konseling yang ramah budaya untuk mendukung kesejahteraan mahasiswa internasional.
3. Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian dengan jumlah partisipan lebih banyak dan beragam untuk memperkaya pemahaman mengenai dinamika adaptasi lintas budaya di berbagai konteks negara tujuan.
4. Bagi pembuat kebijakan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang regulasi dan kerja sama pendidikan internasional yang lebih berpihak pada kebutuhan mahasiswa, khususnya terkait aspek sosial dan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5–34.
- Caretta, M., & Pérez, M. (2019). When Participants Do Not Agree: Member Checking and Challenges to Epistemic Authority in Participatory Research. *Field Methods*, 31, 359 - 374. <https://doi.org/10.1177/1525822X19866578>.
- Chai, R., & Rogers, E. M. (2004). Cross-cultural adaptation of US expatriates in Singapore. *Media Asia*. (Chai & Rogers, 2004)
- Forman, S., & Zachar, P. (2001). Cross-Cultural Adjustment of International Officers During Professional Military Education in the United States. *Military Psychology*, 13, 117 - 128. https://doi.org/10.1207/S15327876MP1302_04.
- Khalid, B., & Kurowska-Pysz, J. (2024). Towards global citizenship–role of cross border higher education across the ASEAN region. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*. <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i5.29441>.
- Kim, Y. Y. (2001). *Becoming intercultural: An integrative theory of communication and cross-cultural adaptation*. SAGE Publications.
- Kim, Y. Y. (2008). Intercultural personhood: Globalization and a way of being. *International Journal of Intercultural Relations*, 32(4), 359–368.
- Lawson, S., & Shepherd, J. (2019). Utilizing the U-Curve Model to Assess Cross-Cultural Training Programs for Low Context Expatriates Working in a High Context Culture. *Journal of Business Diversity*. <https://doi.org/10.33423/JBD.V19I1.1352>.
- McLeod-Chambless, L. (2018). Learning to Teach, Again, in China. *GATESOL in Action Journal*. <https://doi.org/10.52242/giaj.v28i1.68>.
- Mulyana, D., & Eko, B. (2017). Indonesian Students' Cross-Cultural Adaptation in Busan, Korea. , 3, 144-156. <https://doi.org/10.24329/ASP IKOM.V3I1.124>.

- Mustakim, M., Astri, Z., Baharuddin, A., Isma, A., & Noer, F. (2024). A Study of UNIMEN Students' Perspectives on Cross-Cultural Adaptation in Thailand. *Seltics Journal: Scope of English Language Teaching Literature and Linguistics*. <https://doi.org/10.46918/seltics.v7i2.2541>.
- Poyrazlı, Ş., Kavanaugh, P., Baker, A., & Al-Timimi, N. (2004). Social support and demographic correlates of acculturative stress in international students. *Journal of college counseling*, 7, 73-82. <https://doi.org/10.1002/J.2161-1882.2004.TB00261.X>.
- Riedel, J., Wiesmann, U., & Hannich, H. (2011). An integrative theoretical framework of acculturation and salutogenesis. *International Review of Psychiatry*, 23, 555 - 564. <https://doi.org/10.3109/09540261.2011.637912>.
- Roseveare, C. (2023). *Thematic Analysis: A Practical Guide*, by Virginia Braun and Victoria Clarke. *Canadian Journal of Program Evaluation*. <https://doi.org/10.3138/cjpe.76737>.
- Sobkowiak, P. (2021). Developing intercultural identity on a sojourn abroad: A case study. *Studia Anglica Posnaniensia*, 56, 149–179.
- Tian, M., & Lowe, J. (2014). Intercultural identity and intercultural experiences of American students in China. *Journal of Studies in International Education*, 18(3), 281–297.
- Zhao, X., & Scharfner, A. (2023). Revisiting the ‘U-curve’ hypothesis: international students’ academic, sociocultural, and psychological adjustment trajectories at a British university. *European Journal of Higher Education*, 14, 343 - 366. <https://doi.org/10.1080/21568235.2023.2193702>.