

IMPOSTOR SYNDROME & EFIKASI DIRI : APAKAH SALING TERKAIT?

Zahrotun Faizah¹, Laily Rahmah²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

**Corresponding Author:*

laily@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan fenomena impostor syndrome pada mahasiswa gen-Z. Desain penelitian kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Partisipan sejumlah 262 mahasiswa tahun pertama yang terkategori gen-Z dilibatkan sebagai subjek penelitian yang diperoleh dengan teknik cluster random sampling. Adapun data yang diperoleh dianalisis dengan teknik analisis korelasi product moment dari Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh skor korelasi (r_{xy}) sebesar -0,671 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Ini artinya hipotesis penelitian diterima, yakni terdapat hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan impostor syndrome pada mahasiswa gen-Z. Adapun korelasi bersifat negatif yang dapat dimaknai bahwa makin rendah efikasi diri, maka akan makin tinggi kemungkinan mahasiswa gen-Z Universitas Islam Sultan Agung Semarang mengalami impostor syndrome. Demikian pula sebaliknya, makin tinggi efikasi diri, maka akan makin rendah kemungkinan mahasiswa gen-Z Universitas Islam Sultan Agung Semarang mengalami impostor syndrome. Koefisien determinasi untuk efikasi diri menunjukkan angka sebesar 0,451 yang berarti efikasi diri mempengaruhi munculnya impostor syndrome sebesar 45,1%, sedangkan sisanya sebesar 54,9% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel penelitian.

Kata Kunci: impostor syndrome, efikasi diri, mahasiswa, gen-Z

Abstract

This study aims to investigate the relationship between self-efficacy and the phenomenon of impostor syndrome among Gen Z students. A quantitative research design was employed in this study. A total of 262 first-year students categorized as Gen Z were involved as research subjects, selected using cluster random sampling. The data obtained were analyzed using Pearson's product-moment correlation analysis technique. Based on the data analysis results, a correlation score (r_{xy}) of -0.671 was obtained with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$). This means that the research hypothesis is accepted, namely that there is a very significant relationship between self-efficacy and impostor syndrome among Gen Z students. The correlation is negative, which means that the lower the self-efficacy, the higher the likelihood of

Gen-Z students at Sultan Agung Islamic University in Semarang experiencing impostor syndrome. Conversely, the higher the self-efficacy, the lower the likelihood of Gen-Z students at Sultan Agung Islamic University in Semarang experiencing impostor syndrome. The coefficient of determination for self-efficacy is 0.451, meaning that self-efficacy influences the occurrence of impostor syndrome by 45.1%, while the remaining 54.9% is influenced by factors outside the scope of the study.

Keywords: *impostor syndrome, self- efficacy, student, gen-z*

1. PENDAHULUAN

Fenomena globalisasi yang ditandai oleh pesatnya perkembangan teknologi telah menciptakan berbagai peluang dalam dunia industri, namun secara bersamaan juga menimbulkan tekanan yang signifikan dalam pasar kerja yang makin kompetitif (Oswaldo, 2022). Di tengah dinamika tersebut, Indonesia melalui visi Indonesia Emas 2045 menempatkan generasi muda, khususnya generasi Z, sebagai aktor utama dalam mewujudkan pembangunan jangka panjang tersebut. Generasi Z yang saat ini didominasi oleh mahasiswa, diharapkan menjadi sumber daya manusia unggul dalam menghadapi tantangan industri global. Namun, realitas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dari generasi ini justru menunjukkan kecenderungan mengalami *impostor syndrome*. Tri Hayuning Tyas, Psikolog Klinis UGM menyebutkan bahwa *impostor syndrome* merupakan sebuah kondisi psikologis ketika individu tidak mampu menginternalisasi pencapaiannya sendiri dan meyakini bahwa kesuksesan yang diraih semata-mata karena keberuntungan, bukan hasil dari kompetensi yang dimiliki (Rahman, 2023).

Salah satu faktor utama yang diduga berkaitan dengan munculnya *impostor syndrome* pada mahasiswa Gen-Z adalah rendahnya tingkat efikasi diri. Efikasi diri merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas serta menghadapi situasi tertentu, yang berperan dalam pembentukan perilaku dan respons individu terhadap tantangan (Purba, 2018). Mckenzie (1999) menambahkan bahwa efikasi diri seharusnya meningkat seiring dengan pencapaian individu, namun pada kasus *impostor syndrome*, hal tersebut tidak terjadi. Kondisi ini berdampak negatif terhadap kesehatan mental, termasuk meningkatkan risiko kecemasan, depresi, harga diri rendah, serta menghambat pengembangan potensi diri (Saputri & Khoirunnisa, 2024; Wulandari & Tjundjing, 2007). Individu impostor cenderung merasakan kecemasan, baik *trait anxiety* maupun *state anxiety*, depresi, takut akan kegagalan, kecenderungan sangat peduli pada sedikit kesalahan, rasa malu, harga diri yang rendah, introvert, dan menolak bukti objektif kesuksesan mereka (Wulandari & Tjundjing, 2007).

Jasmine (2023) mengutip Mann yang menyatakan bahwa sekitar 70% individu di dunia akan mengalami *impostor syndrome* setidaknya sekali seumur hidup, termasuk kalangan mahasiswa yang berada dalam lingkungan akademik yang kompetitif (Pákozdy dkk., 2024). Mahasiswa baru khususnya, sangat rentan mengalami gejala ini karena peralihan dari jenjang pendidikan menengah ke perguruan tinggi membawa tantangan adaptasi yang besar, baik dari segi akademik maupun social (Rohmadani & Winarsih, 2019). Mahasiswa dengan *impostor syndrome* cenderung merasa bahwa pencapaian yang diraih tidak berasal dari kemampuan diri sendiri. Hal ini memicu munculnya perasaan menjadi

penipu dan menimbulkan keraguan terhadap potensi pribadi. Hal ini berdampak pada munculnya perilaku sabotase diri, penolakan terhadap pengakuan eksternal, dan ketidakmampuan untuk mengambil peran kepemimpinan atau menghadapi tantangan baru (Cader dkk., 2021; Chandra dkk., 2019 dikutip dari Saputri & Khoirunnisa, 2024). Dampak jangka panjangnya adalah gangguan kesehatan mental, rendahnya produktivitas, dan kegagalan dalam aktualisasi diri yang esensial dalam pembangunan generasi unggul di era Indonesia Emas 2045 (Bravata dkk., 2020; Gómez-Morales, 2021).

Pentingnya peran generasi Z dalam mewujudkan visi nasional tersebut, menyebabkan adanya kesenjangan antara harapan terhadap peran strategis mahasiswa dan kenyataan psikologis berupa *impostor syndrome* menjadi masalah yang mendesak untuk diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk memperkaya literatur terkait *impostor syndrome* khususnya pada mahasiswa Gen-Z, yang menjadi diharapkan menjadi pemeran utama dalam menghadapi tantangan industri global. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, yang membedakannya dari sejumlah penelitian terdahulu yang umumnya menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis, seperti yang dilakukan oleh Nurfadhilah & Archianti (2024) serta Nafisaturrisa & Hidayati (2023). Berbeda dengan penelitian kuantitatif oleh Silitonga (2020) yang menggunakan *quasi-experimental design*, studi ini tidak menggunakan desain eksperimen melainkan menggunakan penelitian survey. Perbedaan lain terletak pada penempatan variabel *impostor syndrome* sebagai variabel tergantung, berbeda dari penelitian Hungsie & Sahrani (2024) yang menempatkannya sebagai variabel bebas, maupun Rohmadani & Winarsih (2019) yang memposisikannya sebagai variabel mediator. Dari sisi karakteristik subjek, penelitian ini juga memiliki keunikan karena menggunakan mahasiswa baru dari berbagai program studi sebagai sampel, berbeda dari studi Antero (2019) yang menggunakan mahasiswa kedokteran *co-assistant*, maupun Indira & Ayu (2021) yang meneliti mahasiswa dengan latar belakang salah jurusan. Dalam hal sumber data, penelitian ini hanya menggunakan kuesioner sebagai instrumen pengumpulan data, berbeda dengan Bravata dkk (2020) yang mengandalkan *systematic review* dari tiga basis data, atau Wildan & Tyas (2022) yang menggunakan metode wawancara.

Latar belakang fenomena yang telah dipertimbangkan serta keterbatasan dari penelitian sebelumnya, hal tersebut menjadikan studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara efikasi diri dan *impostor syndrome* pada mahasiswa Gen-Z secara spesifik. Penelitian ini dianggap penting dalam upaya memahami tantangan psikologis yang dihadapi oleh generasi yang akan menjadi ujung tombak pembangunan nasional, khususnya dalam menghadapi tantangan globalisasi dan realisasi visi Indonesia Emas 2045.

2. METODE

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang melibatkan penggunaan angka dalam proses pengumpulan, interpretasi, pengolahan, serta penyajian data untuk memperoleh hasil yang akurat (Sugiyono, 2007). Terdapat dua jenis variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas (*independen*) yaitu efikasi diri dan variabel terikat (*dependen*) yaitu *impostor syndrome*. Populasi dalam penelitian ini mahasiswa baru (yang memasuki tahun pertama di perguruan tinggi) yang tergolong

dalam usia gen-Z yaitu yang lahir pada rentang tahun 1997 – 2012 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang Keterlibatan populasi dalam penelitian yang akan berperan sebagai subjek penelitian diperoleh melalui teknik *cluster random sampling*, yakni teknik pengambilan sampel yang membagi populasi menjadi kelompok-kelompok atau klaster, tanpa harus mencatat setiap individu secara terpisah (Sumargo, 2020). Dalam penelitian ini, *cluster* direpresentasikan oleh seluruh fakultas yang ada di Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang terbagi menjadi 12 fakultas, dan terpilih 262 subjek penelitian yang berasal dari tiga fakultas yakni: fakultas Teknologi Industri, fakultas Psikologi, dan fakultas Ekonomi dan 6 program studi.

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan pertimbangan bahwa penelitian tentang *impostor syndrome* pada mahasiswa Gen-Z belum pernah dilakukan di lokasi ini, hasil survei yang menunjukkan bahwa Universitas Islam Sultan Agung Semarang relevan dengan permasalahan yang diteliti, karakteristik serta jumlah subjek penelitian sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Uji Korelasi digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini. Teknik analisis data *Product Moment* dari *Pearson* dengan bantuan profesional aplikasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 26.0 digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (efikasi diri) dengan variabel tergantung (*impostor syndrome*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini mengungkap bahwa data penelitian memiliki persebaran yang normal pada variabel *impostor syndrome* 0,087 ($p>0,05$) dan persebaran yang tidak normal pada variabel efikasi diri 0,000 ($p<0,05$). Didapatkan persebaran data yang normal setelah menggunakan data residu dan di uji dengan *One Sample Kolmogorov-Smirnov* 0,200 ($p>0,05$).

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig	P	Keterangan
Efikasi Diri	51,11	4,305	0,106	0,000	<0,05	Tidak normal
<i>Impostor Syndrome</i>	64,98	10,157	0,052	0,087	>0,05	Normal

Temuan penelitian ini mengungkap adanya hubungan yang linier antara kedua variabel dengan signifikansi 0,754 ($p>0,05$).

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sum Of Squares	DF	Mean Square	F	Sig
<i>Impostor Syndrome</i> Efikasi Diri	886,131	1/20	44,307	0,765	0,754

Temuan penelitian mengungkap bahwa hipotesis penelitian diterima yaitu terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *impostor syndrome* pada mahasiswa gen-z di

Universitas Islam Sultan Agung Semarang memperoleh $R = -0,671$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$).

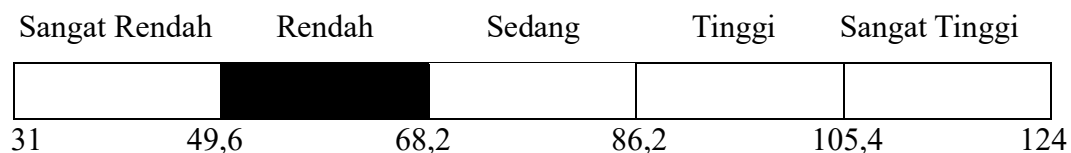
Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Pearson Correlation	N	Sig
Efikasi Diri	-0,671	262	0,000
<i>Impostor Syndrome</i>			

Adapun hubungan yang terbentuk antara dua variabel penelitian bersifat negatif, dapat dimaknai bahwa jika variabel terbebas, efikasi diri, kondisinya mengalami peningkatan maka akan diikuti dengan penurunan kondisi variabel tergantung yakni *impostor syndrome*. Demikian pula sebaliknya, jika variabel bebas, efikasi diri, kondisinya mengalami penurunan maka akan disertai dengan peningkatan *impostor syndrome*.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala *Impostor Syndrome*

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$105,4 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
$86,2 < X \leq 105,4$	Tinggi	6	2,3%
$68,2 < X \leq 86,2$	Sedang	73	27,9%
$49,6 < X \leq 68,2$	Rendah	162	61,8%
$X \leq 49,6$	Sangat Rendah	21	8%
Total:		262	100%

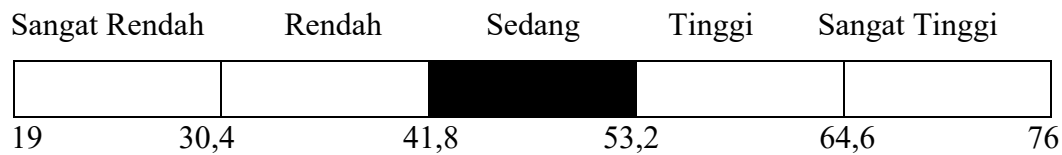


Gambar 1. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala *Impostor Syndrome*

Kategorisasi skor subjek pada skala *impostor syndrome* berada dalam kategori rendah dan kategorisasi skor pada skala efikasi diri berada dalam kategori sedang. Koefisien determinasi untuk efikasi diri yaitu sebesar 0,451. Hasil tersebut menunjukkan efikasi diri mempengaruhi munculnya *impostor syndrome* sebesar 45,1%, sedangkan sisanya sebesar 54,9% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel penelitian.

Tabel 5. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Efikasi Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$64,6 < X$	Sangat Tinggi	1	0,4%
$53,2 < X \leq 64,6$	Tinggi	64	24,4%
$41,8 < X \leq 53,2$	Sedang	197	75,2%
$30,4 < X \leq 41,8$	Rendah	0	0%
$X \leq 30,4$	Sangat Rendah	0	0%
Total:		262	100%



Gambar 2. Kategorisasi Skor Subjek Pada Skala Efikasi Diri

Temuan lain dari penelitian ini mengungkap bahwasanya mahasiswa gen-Z Universitas Islam Sultan Agung Semarang cenderung memiliki tingkat *impostor syndrome* yang rendah seperti hampir tidak terdapat kecenderungan mengalami *impostor syndrome* dan memiliki tingkat efikasi diri yang cukup baik yang dibuktikan dari nilai rata-rata empirik *impostor syndrome* sebesar 64,984 yang masuk dalam kategori rendah dan nilai rata-rata empirik efikasi diri sebesar 51,11 yang masuk dalam kategori sedang.

Temuan penelitian ini mengungkap adanya hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan *impostor syndrome* pada mahasiswa gen-z yang memperkuat beberapa temuan sebelumnya dari penelitian sejenis yakni penelitian yang telah dilakukan oleh Wulandari & Tjundjing (2007); Fahira (2020); (Jasmine, 2023) dan Pákozdy, dkk (2024). Keempat penelitian yang tersebut menemukan keterkaitan atau hubungan yang bersifat negatif antara efikasi diri dan *impostor syndrome*.

Keterkaitan antara efikasi diri dan *impostor syndrome* juga bisa dijelaskan oleh beberapa teori psikologi seperti teori perbandingan sosial, teori perfeksionisme, dan teori atribusi. Teori perbandingan sosial menegaskan terdapat dua arah perbandingan yang menyebutkan bahwa perbandingan dengan arah ke atas cenderung memunculkan afeksi yang lebih negatif sehingga disebut sebagai *negative comparison*. Afeksi negatif memunculkan perasaan tidak mampu dibandingkan dengan individu yang dijadikan sebagai pembanding tersebut. Seperti yang diungkapkan Higgins (1987) dalam penelitiannya juga menyebutkan bahwa perbandingan sosial dapat memunculkan keraguan terhadap kemampuan diri karena individu merasa tidak dapat memenuhi standar yang diharapkan. Perasaan tidak mampu atau tidak yakin tersebut dapat dikaitkan dengan rendahnya efikasi diri individu yang dapat memicu munculnya *impostor syndrome*.

Berbeda dari teori perbandingan sosial, teori perfeksionisme menggunakan standar yang sangat tinggi dari individu untuk menjelaskan terjadinya *impostor syndrome*. Individu dengan kecenderungan perfeksionis yang menetapkan standar yang sangat tinggi dirinya tersebut akan berpotensi merasa sangat gagal saat tidak mampu mancapai standarnya yang akhirnya dapat memicu keraguan terhadap dirinya. Dapat disimpulkan bahwa munculnya *impostor syndrome* dalam diri individu dapat dipicu oleh perilaku perfeksionisme. Seperti yang disebutkan Fahira (2020) dalam penelitiannya bahwa salah satu karakteristik *impostor syndrome* adalah individu yang cenderung perfeksionis yang mengekspektasikan dapat melakukan sesuatu tanpa kekurangan yang dampaknya ketika gagal, individu ini akan merasa sangat kewalahan.

Adapun teori atribusi yang menjelaskan *impostor syndrome* dari cara individu menafsirkan penyebab keberhasilan dan kegagalannya (Fachrunnisa & Ramadhani, 2024). Individu cenderung menafsirkan atau mengatribusikan keberhasilannya pada faktor eksternal seperti keberuntungan, kebetulan, campur tangan orang lain, dan lain sebagainya cenderung tidak pernah bisa meyakini apa yang telah dicapai selama sebagai hasil atas kemampuannya, dan dapat disimpulkan bahwa munculnya *impostor syndrome* dalam diri individu dapat dipicu pengatribusian individu yang salah mengenai keberhasilan yang didapatkannya. Hal ini selaras dengan salah satu aspek *impostor syndrome* dalam (Muslimah dkk, 2022) yaitu *luck* yang menyebutkan bahwa individu yang meyakini bahwa keberhasilannya disebabkan oleh bantuan orang lain atau atribusi kesuksesan pada faktor keberuntungan, bukan usaha pribadi.

Keterkaitan yang bersifat negatif yang menjadi temuan utama dalam penelitian ini dapat dibuktikan melalui realitas yang ditemukan oleh peneliti terkait kondisi subjek penelitian. Berdasarkan hasil pengukuran diketahui subjek penelitian ini memiliki kecenderungan efikasi diri yang cukup baik hingga membuat subjek penelitian memiliki kecenderungan *impostor syndrome* yang rendah. Kondisi ini menjadi bukti dari adanya hubungan negatif antara kedua variabel penelitian ini karena makin tinggi efikasi diri akan makin rendah potensi terjadinya *impostor syndrome*.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan *impostor syndrome* pada mahasiswa gen-Z di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. makin rendah efikasi diri, maka makin tinggi kemungkinan mahasiswa gen-Z Universitas Islam Sultan Agung Semarang mengalami *impostor syndrome*. Dan makin tinggi efikasi diri, maka makin rendah kemungkinan mahasiswa gen- Z Universitas Islam Sultan Agung Semarang mengalami *impostor syndrome*.

Adapun tindak lanjut dari temuan penelitian ini, peneliti dapat memberikan saran bagi mahasiswa untuk memperbanyak pengetahuan tentang *impostor syndrome*, seperti cara dan waktu yang tepat untuk mendapatkan bantuan psikologis, dan penting untuk selalu meningkatkan efikasi diri agar terhindar dari *impostor syndrome*. Dan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *impostor syndrome* diharapkan dapat mencari faktor lain selain efikasi diri atau menambah faktor lain untuk variabel penelitian agar dapat memberikan keterbaruan. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek atau populasi yang berbeda atau lebih bervariasi yang memiliki karakteristik lain dengan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Antero, D. (2019). *Ir-perpustakaan universitas airlangga*. 95, 2018–2019.
- Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., Nelson, R. S., Cokley, K. O., & Hagg, H. K. (2020). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine*, 35(4), 1252–1275. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
- Cader, F. A., Gupta, A., Han, J. K., Ibrahim, N. E., Lundberg, G. P., Mohamed, A., & Singh, T. (2021). How Feeling Like an Imposter Can Impede Your Success. *JACC: Case Reports*, 3(2), 347–349. <https://doi.org/10.1016/j.jaccas.2021.01.003>
- Fachrunnisa, Z., & Ramadhani, N. D. (2024). Apakah Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Audit? Ditinjau dari Teori Atribusi. *UPY Business and Management Journal (UMBJ)*, 3(1), 38–46. <https://doi.org/10.31316/ubmj.v3i1.5394>
- Fahira, U. D. (2020). *Pengaruh Family Relationship, Generalized Anxiety, Dan Trait Kepribadian Big Five Terhadap Impostor Phenomenon Pada Mahasiswa Tahun Pertama dan Kedua*. Universitas Negeri Islam Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Gómez-Morales, A. (2021). Impostor Phenomenon: A Concept Analysis. *Nursing Science Quarterly*, 34(3), 309–315. <https://doi.org/10.1177/08943184211010462>
- Higgins, E. T. (1987). Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect. *Psychological Review*, 94(3), 319–340. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319>
- Hungsie, O. G., & Sahrani, R. (2024). *Hubungan Impostor Syndrome dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Berprestasi Tinggi*. 4, 16164–16173.
- Indira, L., & Ayu, M. (2021). Hubungan Authoritarian Parenting dengan Impostor Syndrome pada Mahasiswa Salah Jurusan. *Intensi: Jurnal Psikologi*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.31479/intensi.v1i1.1>
- Jasmine, A. (2023). *Mahasiswa Tel-U Teliti Impostor Syndrom yang Menghantui Masa Depan Generasi Z*. Telkomuniversity.Ac.Id. <https://telkomuniversity.ac.id/mahasiswa-tel-u-teliti-impostor-syndrom-yang-menghantui-masa-depan-generasi-z/>
- Mckenzie, J. K. (1999). *1999Mckenzie.Pdf*.
- Muslimah, A. I., Amalia, S. C., Jauharah, N. A., Kurniawati, Y., & Fadhilah, Q. A. (2022). Fenomena impostor syndrome pada mahasiswa berprestasi (mawapres) universitas islam “45” bekasi. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(1), 10–22.
- Nafisaturrisa, A., & Hidayati, I. A. (2023). *Impostor Syndrome Pada Mahasiswa Peserta Program Kampus Merdeka Universitas Muhammadiyah Surakarta* [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/112919/>
- Nurfadhilah, A., & Archianti, P. (2024). *Dinamika kecemasan akademik pada mahasiswa berprestasi yang mengalami impostor syndrome I*. 17(1), 43–55.
- Oswaldo, I. G. (2022). *Persaingan Dunia Kerja Makin Ketat, Bagaimana Biar Nggak Tergilas?* Detikfinance.Com. <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-5999069/persaingan-dunia-kerja-makin-ketat-bagaimana-biar-nggak-tergilas>
- Pákozdy, C., Askew, J., Dyer, J., Gately, P., Martin, L., Mavor, K. I., & Brown, G. R. (2024).

The imposter phenomenon and its relationship with self-efficacy, perfectionism and happiness in university students. *Current Psychology*, 43(6), 5153–5162. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04672-4>

- Purba, T. C. (2018). Pengaruh Self Esteem Dan Self Efficacy Terhadap Kinerja Karyawan (Studi pada Pegawai Pajak Kantor Pelayanan Pajak Madya Malang). *Fakultas Ilmu Administrasi, Universitas Brawijaya*, 5–110.
- Rahman, S. (2023). *Mengenal Bahaya Impostor Syndrome bagi Kinerja Organisasi*. Djkkn.Kemenkeu.Go.Id. <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknk-banjarmasin/baca-artikel/16513/Mengenal-Bahaya-Impostor-Syndrome-bagi-Kinerja-Organisasi.html>
- Rohmadani, Z. V., & Winarsih, T. (2019). Impostor Syndrome Sebagai Mediator. *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga*, 7(1), 122–130.
- Saputri, M. D., & Khoirunnisa, M. (2024). *Factors that Contribute to Individuals Experiencing Impostor Syndrome: A Systematic Review*. 12(4). <https://doi.org/10.25215/1204.015>
- Silitonga, C. D. (2020). Efektivitas Konseling Individual Dengan Terhadap Impostor Syndrome Pada Mahasiswa Baru Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Medan. *Journal GEEJ*, 7(2).
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan*. Alfabeta.
- Wildan, N. J., & Tyas, T. H. (2022). *Memahami Impostor Syndrome pada Mahasiswa*. 2022.
- Wulandari, A. D., & Tjundjing, S. (2007). Impostor Phenomenon, Self-Esteem, dan Self-Efficacy. *Indonesian Psychological Journal*, 23(1), 63–73.