

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan sebutan untuk peserta didik yang sedang menjalani pendidikan di tingkan universitas atau sekolah tinggi. Hal tersebut dinyatakan oleh UURI No. 12 Tahun 2012 tentang pendidikan tinggi pasal 13 ayat 1-3. Mahasiswa diposisikan sebagai individu yang dianggap telah memasuki masa dewasa awal dan memiliki kesadaran akan pentingnya mengembangkan kemampuan yang dimiliki lewat pendidikan lanjutan di perguruan tinggi, serta memiliki kebebasan dalam dunia akademik yang mengutamakan penalaran dan akhlak yang baik sesuai dengan budaya di lingkungan akademik.

Mahasiswa pada umumnya berusia 18 tahun hingga 25 tahun. Dari rentang usia tersebut dapat dianggap sebagai masa transisi antara masa remaja dan dewasa, atau yang dapat disebut sebagai masa dewasa awal. Pernyataan ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Santrock (2017) pada bukunya bahwa usia dewasa awal berada pada rentang usia belasan atau pada akhir perkembangan remaja hingga usia tiga puluhan. Menurut Santrock (2017) juga menyatakan bahwa terdapat tugas perkembangan yang harus dilalui oleh masa dewasa awal antara lain yaitu individu pada masa dewasa awal mulai berusaha untuk mencapai kemandirian secara pribadi dan ekonomi, selain itu individu juga mulai membangun karir seta menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan yang ada di lingkungan sosial maupun emosionalnya.

Banyak individu yang tak menyadari bahwa masa dewasa awal merupakan masa yang cukup berat, karena pada masa ini individu sering merasakan tekanan dan harus menghadapi tekanan tersebut untuk menunjukkan kemampuan yang dimilikinya serta kesuksesan dalam hal akademik maupun sosialnya. Banyak juga individu yang mulai menyesuaikan prilakunya dengan norma yang berlaku di lingkungan masyarakat untuk membentuk jati diri sesuai norma serta budaya yang berlaku. Jika dihubungkan pada konteks mahasiswa, pengalaman tersebut juga dirasakan oleh mahasiswa

sebagai individu yang dipandang masyarakat memiliki intelektual yang tinggi, dapat berpikir kritis, dan cepat dalam mengambil sebuah keputusan yang dianggap tepat (Muslimah, dkk. 2022)

Pernyataan sebelumnya diperkuat oleh Kartini Kartono (2002) tentang mahasiswa, bahwa mahasiswa yang dianggap sebagai individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal termasuk dalam golongan masyarakat yang memiliki kecerdasan dalam berpikir secara rasional serta memiliki tanggung jawab secara sosial. Mahasiswa akan dituntut agar mampu menyesuaikan diri di lingkungan sosial masyarakat, serta menjadi contoh untuk masyarakat yang memiliki citra positif kaum akademisi. Tetapi dari tingginya ekspektasi yang diberikan masyarakat kepada mahasiswa, dapat membuat sebagian mahasiswa tanpa sadar mengalami tekanan secara psikologis.

Pada periode dewasa awal ini mahasiswa umumnya masih menghadapi berbagaimacam masalah antara lain yaitu memiliki emosi yang belum stabil, berada pada masa isolasi sosial, membuat komitmen dan masa untuk bergantung, mengalami perubahan norma sosial, serta memiliki kreatifitas dan mulai menyesuaikan diri dengan budaya, norma, pola hidup yang baru di lingkungan sosial masyarakat. Menurut Ula (2023) mahasiswa memberikan respon yang berbeda dalam menghadapi atau menanggapi tuntutan yang sedang dijalani terutama pada tuntutan akademik, ada mahasiswa yang memberi tanggapan serta respon psikologis yang positif, seperti kepuasan akademik dan merasa mengalami peningkatan dalam kepercayaan diri.

Menurut Nurhikmah (2020) ada juga mahasiswa memberikan respon psikologis yang negatif, seperti tidak merasa bangga terhadap pencapaian yang didapatkan, bukan karena prestasinya kurang memuaskan, tetapi mahasiswa tersebut merasa bahwa pencapaian yang dicapainya bukan berasal dari kemampuan yang dimiliki, melainkan ada faktor lain dari luar dirinya. Fakta tersebut menjadi fenomena yang dialami oleh kaum intelektual dan tidak mungkin diketahui oleh masyarakat luar.

Berdasarkan pada data survey awal yang dilakukan, dari 72 mahasiswa terdapat 9 mahasiswa yang memberikan pernyataan berkaitan dengan

kecenderungan *impostor syndrome*. Mahasiswa yang mengisi survey memiliki beragam semester karena memang survey ini dilakukan untuk mendapatkan fenomena yang sedang terjadi di dalam kalangan mahasiswa. Dan dari survey yang telah dilakukan terdapat 9 mahasiswa dengan 2 mahasiswa di semester 3 yang memiliki nilai IPK 4,00 dan 3,94. 3 mahasiswa di semester 5, dengan masing-masing nilai IPK yaitu 3,91, 3,74, 3,72. 3 Mahasiswa duduk di semester 7, dengan masing-masing nilai IPK yaitu 3,92, 3,87, 3,50. Dan 1 mahasiswa semester 9 dengan nilai IPK yaitu 3,60. 9 mahasiswa tersebut memberikan pernyataan bahwa mereka ada yang merasa tidak puas dengan nilai IPK yang didapatkannya. Selain itu mereka ada yang merasa bahwa nilai IPK yang didapatnya bukan hasil jerih payah sendiri dan terdapat rasa belum layak untuk mendapatkan nilai IPK saat ini, karena mereka berpikir bahwa kemampuannya serta usaha yang dilakukan tidak sebanding dengan hasil akhirnya. Ada pula mahasiswa yang memberikan pernyataan bahwa dirinya sering membandingkan kemampuannya dengan kemampuan teman-temannya. Selain itu mahasiswa juga merasa *overthinking*, tertekan dengan ekspektasi yang telah dibuat, dan merasa kurang dalam memahami materi.

Hasil survey tersebut menemukan pola individu meragukan kemampuan diri sendiri, kesulitan dalam merealisasikan keberhasilan, serta menilai diri secara negatif merupakan sebuah pengalaman yang dapat ditemukan pada mahasiswa yang mengalami kecenderungan *impostor syndrome* (Ménard & Chittle, 2023). Sehingga konsep *impostor syndrome* menjadi hal yang penting untuk dipahami sebagai landasan dalam menjelaskan pengalaman psikologis yang dialami oleh mahasiswa. Sehingga variabel *impostor syndrome* dapat digunakan pada penelitian ini.

Impostor pada awalnya berakar dari bidang psikologi klinis dan umumnya dipandang oleh para akademisi sebagai karakteristik kepribadian yang muncul pada individu yang merasa dirinya tidak layak atas pencapaian yang dimiliki (Bravata dkk., 2019). Hal tersebut berkaitan erat dengan konsep diri yang negatif serta kecenderungan individu untuk bersifat kritis terhadap diri sendiri (Clance & Imes, 1978). Sehingga individu tidak dapat memberikan

penghargaan terhadap pencapaian yang didapatkan. Kondisi ini juga diketahui berdampak secara negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu yang mengalaminya (Sonnak & Towell, 2001).

Impostor syndrome merupakan kondisi psikis individu yang memengaruhi pola pikir, perilaku, dan sikap yang memberikan gambaran bahwa individu tidak dapat menerima dirinya atas perkembangan ilmu yang didapat dengan kemampuannya. Dan individu ini merasa bahwa dirinya adalah seorang penipu dihadapan orang lain. Individu yang memiliki kecenderungan *impostor syndrome* merasa bahwa belum cukup untuk mendapatkan apresiasi dan prestasi, sehingga dari hal tersebut individu merasa khawatir jika orang lain mengetahui bahwa individu ini tidak seperti yang mereka bayangkan sesuai dengan pencapaian yang telah ia raih (Clane dan Imes, 1978). Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Rose Clane dan Suzanne Imes di tahun 1978, individu yang rentan terkena *impostor syndrome* berjenis kelamin perempuan. Namun seiring berjalannya waktu terdapat penelitian yang menyatakan bahwa laki-laki juga bisa mengalami kecenderungan *impostor syndrome*.

Teori terbaru tentang *impostor syndrome* menurut Ibrahim dkk. (2020) mendefinisikan *impostor syndrome* sebagai karakteristik kepribadian yang ditandai oleh perasaan yang negative terhadap pencaaian diri, ketakutan akan kegagalan, dan kecemasan untuk terbongkar sebagai penipu, meskipun individu tersebut telah memiliki bukti nyata atas kompetensinya. Masalah ini mencerminkan kombinasi antara keraguan terhadap kemampuan diri sendiri dengan ketidak mampuan menginternalisasi keberhasilan. Hal ini bukan gangguan klinis, tetapi gaya kepribadian disungsional sehingga dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan pencapaian karier individu.

Psikolog Klinis UGM, Tyas (2020) mengatakan bahwa *impostor syndrome* adalah sebuah kecenderungan psikologi dimana penderitanya tidak percaya dengan kemampuan yang dimiliki sehingga dirinya tidak dapat merealisasikan keberhasilan yang diraihny. Orang yang mengalami

kecenderungan *impostor syndrome* ini merasa bahwa prestasi yang ia dapatkan merupakan sebuah keberuntungan bukan dari usaha yang ia lakukan untuk mencapai sebuah keberhasilan. Selain itu, mereka cenderung menginginkan menjadi yang terbaik dalam suatu situasi yang melibatkan pencapaian, dan akan merasa sangat malu jika mereka gagal dalam pencapaian tersebut (Patzaket, dkk. 2017). Individu yang mengalami kecenderungan *impostor syndrome* biasanya sulit menerima pujian dari orang karena kesan yang ditampilkan bukanlah diri yang sebenarnya, sehingga mereka merasa telah menipu orang lain. Dalam mempertahankan kesan tersebut, individu ini cenderung bekerja keras dibandingkan orang lain, akan tetapi mereka cemas karena takut orang lain mengetahui kemampuan mereka yang sebenarnya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan *impostor syndrome* sangat umum terjadi pada mahasiswa, terutama mereka yang berada di lingkungan akademik yang kompetitif. Sebagai contoh, studi oleh Ménard, dkk. (2023) menyatakan bahwa kecenderungan *impostor syndrome* ditandai oleh keyakinan dalam diri individu yang merasa kurang mampu secara akademik meskipun individu ini sudah memiliki bukti keberhasilan capaiannya secara objektif. Sehingga aspek psikologis ini perlu dipahami dalam konteks pendidikan tinggi. Mahasiswa dengan kecenderungan *impostor syndrome* cenderung menunjukkan tingkat stres, kecemasan, dan kelelahan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tanpa gejala tersebut. Hasil ini memperlihatkan bahwa *impostor syndrome* bukan sekadar perasaan sementara, tetapi berpotensi menghambat performa dan kesejahteraan psikologis individu di dunia pendidikan.

Penelitian tentang *impostor syndrome* pernah dilakukan oleh Nurhikma & Nuqul (2024). Penelitian ini melibatkan 291 subjek mahasiswa di Universitas Negeri Malang. Penelitian menunjukkan terdapat pengaruh negatif *self-esteem* dan *academic hardiness* terhadap *impostor syndrome*. Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa *self-esteem* dan *academic hardiness* secara bersama-sama memberikan pengaruh terhadap *impostor syndrome*. Hasil regresi menunjukkan *self-esteem* dan *academic hardiness* berkorelasi secara

signifikan terhadap *impostor syndrome* dengan nilai $F 69.910$; $p < 0.05$. Temuan dari penelitian tersebut mengindikasikan bahwa peningkatan *self-esteem* dan ketangguhan akademik memiliki peran penting dalam menurunkan kecenderungan *impostor syndrome* pada mahasiswa. Dengan kata lain, mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik serta mampu menghadapi tantangan akademik dengan ketahanan yang tinggi cenderung tidak mudah mengalami perasaan sebagai “penipu” dalam keberhasilannya. Oleh karena itu, program pengembangan diri dan intervensi psikologis yang berfokus pada penguatan harga diri serta ketangguhan akademik perlu dikembangkan sebagai upaya pencegahan untuk mengurangi munculnya kecenderungan *impostor syndrome* di kalangan mahasiswa.

Impostor syndrome sering dikaitkan dengan sikap rendah diri yang bersifat negatif, di mana mahasiswa meragukan kemampuan dirinya sendiri. Mereka merasa terganggu oleh kegagalan yang pernah dialami dan cenderung membesar-besarkan peristiwa kegagalan tersebut, sehingga ketika gagal, mereka enggan mencoba hal yang sama lagi. Selain itu, rendahnya harga diri dan ketangguhan akademik juga berperan dalam memperkuat kecenderungan *impostor syndrome*, yang pada akhirnya menumbuhkan ketakutan dalam diri akan kegagalan berulang dan menurunkan rasa percaya diri mahasiswa untuk mengembangkan prestasi yang dimilikinya (Nurhikma & Nuqul, 2024).

Perilaku mahasiswa yang mengidap keendrungan *impostor syndrome* adalah mereka akan malas melakukan hal yang sama dalam mencapai tujuannya ketika telah merasa gagal melakukan tujuan yang pertama. Mereka lebih memilih untuk tidak melakukan hal tersebut kembali, karena dirasa akan kembali gagal dipercobaan yang ke dua (Anyelir & Sahrani, 2024). Sebenarnya mereka hanya takut akan kegagalan yang akan terjadi pada mereka dan pendapat dari lingkungan, baik lingkungan keluarganya maupun lingkungan sosialnya yang menganggap bahwa ia tidak pernah mengalami kegagalan dan selalu mendapatkan keberhasilan, baik dalam hal akademik maupun lainnya. Pendapat ini dapat menurunkan rasa percaya dirinya, sehingga ia akan cenderung ragu-ragu dalam mengembangkan prestasi atau potensi yang berada

dalam dirinya (Agatha dkk., 2025). Kondisi tersebut dapat mengakibatkan menurunnya rasa percaya diri pada diri mahasiswa, sehingga mahasiswa kerap ragu dalam mengembangkan potensi dan prestasi yang sebenarnya mereka miliki.

Keraguan terhadap kemampuan diri ini menunjukkan adanya perbedaan dalam cara mahasiswa memaknai penyebab keberhasilan maupun kegagalan yang mereka alami. Perbedaan persepsi tersebut dapat dijelaskan melalui konsep *locus of control*, yaitu keyakinan individu mengenai sejauh mana dirinya memiliki kendali terhadap hasil dari tindakan yang dilakukan. Salah satu faktor penting yang berperan dalam munculnya *impostor syndrome* adalah *locus of control*. Menurut Rotter (1966), *locus of control* merupakan keyakinan individu mengenai sumber kendali atas peristiwa yang terjadi dalam hidupnya. Individu dengan *internal locus of control* meyakini bahwa keberhasilan diperoleh melalui usaha, kerja keras, dan kemampuan pribadi, sedangkan individu dengan *external locus of control* beranggapan bahwa hasil ditentukan oleh nasib, keberuntungan, atau kekuatan dari pihak lain.

Menurut Levenson (1976) menerangkan bahwa *locus of control* merupakan keyakinan atau persepsi individu dalam menyikapi peristiwa yang terjadi di dalam hidupnya dan di kendalikan oleh diri sendiri maupun dari pengaruh luar diri. Levenson membuat teori *locs of control* secara multidimensional. Yang berpandang dari teori sebelumnya yaitu teori *locus of control* Rotter, dimana Rotter (1966) membagi dimensi *locus of control* hanya menjadi dua yaitu internal dan eksternal, sedangkan oleh Levenson *external locus of control* dibagi lagi menjadi dua dimensi yaitu *powerfull others* dan *change*.

Penelitian oleh Tovey, Kelly, dan Brown (2022) pada mahasiswa jurusan bisnis melibatkan variabel *locus of control*, *impostor syndrome*, dan kecemasan terhadap matematika. Hasilnya menunjukkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan lebih tinggi terhadap faktor eksternal cenderung mengalami *impostor syndrome* yang lebih tinggi, sementara hubungan pengaruh kontrol internal terhadap kecenderungan *impostor syndrome* ini masih perlu dikaji

lebih lanjut dalam konteks yang lebih luas. Demikian juga pada penelitian internasional lain yang mengaitkan *locus of control* dengan *impostor syndrome*, dijelaskan bahwa orientasi kontrol terhadap keberhasilan dapat memengaruhi bagaimana seseorang menginternalisasi prestasinya, tetapi konteks spesifik seperti kondisi pendidikan dan budaya lokal belum banyak dipelajari secara empiris.

Penelitian berikutnya terkait *locus of control* dan *impostor syndrome* dilakukan oleh Somaiyah, dkk (2024). Dimana setelah dilakukan penelitian dengan 112 subjek calon CA (*Chartered Accountant*) atau menejerial keuangan memberikan dua hipotesis. Hipotesis pertama yaitu terdapat perbedaan signifikan terkait tingkat perasaan menipu dengan *locus of control* antar para calon CA. Dan hipotesis ke dua yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku prokrastinsi diantara para calon CA dengan *locus of control*. Jumlah peserta yang termasuk dalam *external locus of control* 57 untuk variabel dependen perasaan menipu dengan nilai rata-rata dan standar deviasi masing-masing sebesar 68,71 dan 13,60. Nilai t yang diperoleh adalah 2,48, signifikan pada tingkat 0,05 [$t(110) = 2,48, p < 0,05$]. Oleh karena itu, nilai t yang diperoleh sejalan dengan hipotesis pertama. Hal ini menunjukkan bahwa calon akuntan bersertifikat atau manajer keuangan yang cenderung mengatribusikan keberhasilan maupun kegagalan pada faktor luar diri, seperti keberuntungan atau campur tangan orang lain, lebih rentan mengalami perasaan sebagai “penipu”. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa *locus of control* berperan penting dalam membentuk persepsi individu terhadap pencapaian serta keahlian pada kalangan profesional muda di bidang keuangan.

Penelitian mengenai *impostor syndrome* dan *locus of control* memang telah banyak dilakukan di berbagai negara, namun sebagian besar berfokus pada hubungan dengan variabel lain seperti *self-esteem*, *anxiety*, dan *perfectionism*. Penelitian yang secara spesifik meneliti pengaruh *internal locus of control* terhadap kecenderungan *impostor syndrome* dalam konteks mahasiswa di Indonesia masih sangat terbatas. Dengan demikian, penelitian ini dimaksudkan untuk mengisi kesenjangan penelitian tersebut dengan mengukur

secara empiris apakah *internal locus of control* berpengaruh terhadap kecenderungan *impostor syndrome* pada mahasiswa di Jawa Timur, serta menjelaskan bagaimana faktor psikologis internal ini berinteraksi dengan konteks budaya dan tekanan akademik yang menjadi ciri khas populasi mahasiswa di wilayah tersebut. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis signifikan dalam psikologi kepribadian dan pendidikan, serta keterlibatan untuk intervensi konseling dan pengembangan program pendukung mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah *internal locus of control* berpengaruh terhadap kecenderungan *imposter syndrome* pada mahasiswa di Jawa Timur?
2. Sejauh mana *internal locus of control* dapat menurunkan atau meningkatkan kecenderungan *impostor syndrome* pada mahasiswa di Jawa Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui pengaruh *internal locus of control* terhadap kecenderungan *imposter syndrome* pada mahasiswa di Jawa Timur.
2. Mendeskripsikan bagaimana *internal locus of control* berperan dalam membentuk persepsi diri dan keberhasilan pada mahasiswa di Jawa Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memperkaya kajian psikologi dengan kepribadian dan sosial, khususnya yang berhubungan *internal* maupun *external locus of control* dan *impostor syndrome* dalam konteks mahasiswa di Indonesia. Lewat penelitian ini, diharapkan memperoleh pemahaman yang lebih terfokus mengenai bagaimana keyakinan individu terhadap kendali diri berperan dalam munculnya perasaan tidak layak atas keberhasilan yang diraih. Maka, hasil penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan teori dalam bidang psikologi, tetapi juga dapat menjadi

acuan bagi lembaga pendidikan dan praktisi psikologi dalam merancang intervensi yang sesuai dengan karakteristik lingkungan sosial akademik mahasiswa di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan program konseling dan pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Program tersebut dapat membantu mahasiswa mengenali serta mengelola persepsi negatif terhadap kemampuan diri, sehingga mereka mampu menumbuhkan keyakinan atas usaha dan kompetensi yang dimiliki. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi dosen pembimbing akademik atau konselor kampus dalam memberikan pendampingan psikologis yang lebih efektif, terutama bagi mahasiswa yang menunjukkan kecenderungan *impostor syndrome*, agar mereka dapat mengembangkan potensi akademik dan pribadi secara optimal.

b) Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mereka memahami pentingnya orientasi kontrol internal dalam mengelola perasaan tidak layak serta meningkatkan penerimaan terhadap diri sendiri. Melalui pemahaman tersebut, mahasiswa dapat belajar untuk lebih menyadari jika keberhasilan yang dicapai merupakan hasil dari usaha dan kemampuan pribadi, bukan semata-mata karena faktor keberuntungan atau bantuan orang lain. Kesadaran ini diharapkan dapat menumbuhkan rasa percaya diri, mengurangi kecenderungan *impostor syndrome*, serta mendorong mahasiswa untuk lebih berani dalam menghadapi tantangan akademik maupun sosial yang dihadapi selama proses perkuliahan.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Agar dapat dijadikan sebagai rujukan dan juga referensi untuk penelitian selanjutnya yang membahas tentang *locus of control* khususnya *internall* dan juga variable kecenderungan *impostor*

syndrome. Serta sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan variable baru atau metode penelitian yang relevan.