

Gambaran *Impostor Syndrome* Pada Mahasiswa Berprestasi Universitas Airlangga

NADYLLA PUTERI WAHYUNINGTYAS & IKE HERDIANA
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

ABSTRAK

Mahasiswa Berprestasi (Mawapres) Universitas Airlangga merupakan representasi unggul yang memiliki prestasi tinggi sehingga gelar ini menempatkan mawapres pada posisi yang sarat akan tuntutan dan ekspektasi untuk selalu menjadi yang terbaik. Dibalik prestasi tersebut, muncul keraguan pada kemampuan pribadi. Hal ini memengaruhi terjadinya *Impostor syndrome*, yaitu perasaan tidak layak, ragu, serta ketakutan akan terungkap sebagai seorang ‘penipu’. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengalaman *impostor syndrome* pada mawapres. Digunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus intrinsik dengan teknik *purposive sampling* sebagai *screening* awal dengan menggunakan *Clance Impostor Phenomenon Scale* yang diterjemahkan oleh Agatha dkk. (2025). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keraguan pada kemampuan diri muncul bersamaan dengan perbandingan dengan orang lain yang lebih unggul serta kekhawatiran atas penilaian orang lain. Keberhasilan juga dikaitkan dengan faktor diluar diri dan pujian dianggap sebagai tekanan. Pada sebagian partisipan, hal ini juga diikuti rasa bersalah serta pengalaman dihindari atau tidak dilibatkan dalam kegiatan pertemanan sehingga implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya membantu mahasiswa berprestasi dalam mengenali dan mengelola keraguan, kecenderungan membandingkan, serta memahami keberhasilan dan pujian agar dapat melakukan evaluasi diri yang lebih positif.

Kata kunci: *Impostor Syndrome, Mahasiswa Berprestasi, Mawapres*

ABSTRACT

Airlangga University's High-Achieving Students (Mawapres) are outstanding representatives who have achieved exceptional success; as such, this title places them in a position fraught with demands and expectations to always be the best. Behind these achievements, doubts about their personal abilities emerge. This contributes to the development of imposter syndrome—a feeling of unworthiness, self-doubt, and the fear of being exposed as a “fraud.” This study aims to explore the experience of Impostor Syndrome among Mawapres. A qualitative approach was employed using an intrinsic case study design, with purposive sampling as an initial screening method, utilizing the Clance Impostor Phenomenon Scale translated by Agatha et al. (2025). The results of this study indicate that self-doubt arises alongside comparisons with more accomplished peers and concerns about others' judgments. Success is also associated with external factors, and praise is perceived as pressure. For some participants, this was also accompanied by feelings of guilt and experiences of being excluded or not involved in social activities; thus, the implications of this study highlight the importance of helping high-achieving students recognize and manage self-doubt, the tendency to compare themselves to others, and understand success and praise so that they can engage in more positive self-evaluation.

Keywords: *Impostor Syndrome, High-Achieving Students, Mawapres*

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan dan tercatat pada salah satu perguruan tinggi (Muslimah dkk., 2022). Menurut Departemen Pendidikan Nasional, mahasiswa berprestasi adalah mahasiswa yang memiliki prestasi tinggi, baik secara akademik maupun non akademik, serta mampu berkomunikasi dengan baik menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris (Depdiknas 2010 dalam Anyelir & Sahrani, 2024). Studi yang dilakukan oleh Chandra dkk. (2019) menemukan bahwa individu yang rentan mengalami *impostor syndrome* adalah *high achievers* yang tampak berhasil, tetapi diam-diam mengalami kesulitan. Penelitian terdahulu dari Bachi (2025) menyatakan bahwa *impostor syndrome* rentan dialami oleh *high achiever student* dan kesulitan untuk menginternalisasikan prestasinya. Selain itu, mahasiswa yang terdaftar pada persaingan akademik yang ketat juga rentan mengalami *impostor syndrome* (Pákozdy dkk., 2024), seperti mawapres atau mahasiswa yang telah mengikuti pilmapres.

Dengan prestasi akademik yang tinggi, idealnya mahasiswa berprestasi akan memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya, seperti penelitian dari Marsh & Craven (1996) dalam Ula dkk. (2023) bahwa memiliki prestasi dapat memberikan respon yang positif seperti kepuasan dan meningkatnya kepercayaan diri. Namun, hal ini tidak berlaku bagi seorang *impostor* (Nabila dkk., 2022). Mahasiswa juga sering kali mengalami tuntutan, baik itu ekspektasi yang tinggi, tuntutan akademis atau tugas, dan pengakuan dari universitas. Prestasi yang seharusnya menjadi kebanggaan pada mahasiswa berprestasi justru menjadi tekanan tersendiri karena memunculkan ekspektasi dari orang lain sehingga secara tidak langsung ada kecenderungan untuk memenuhi ekspektasi tersebut (Giriansyah & Qoyyimah, 2025). Kekhawatiran ini yang dapat menimbulkan gangguan kecemasan, seperti *self-doubt*, menurunnya kepercayaan diri, hingga depresi (Giriansyah & Qoyyimah, 2025).

Nafisaturrisa & Hidayati (2023) menyatakan bahwa prestasi dapat membuat orang lain menaruh kepercayaan sehingga kemampuan yang dimiliki berpotensi menjadi tekanan untuk memenuhi kepercayaan tersebut. Selain itu, mereka cenderung mengaitkan keberhasilan pada faktor eksternal, seperti keberuntungan dan bantuan dari orang lain. Hal ini sesuai partisipan yang merasa bahwa keberhasilannya dipengaruhi oleh keberuntungan dalam konteks yang berbeda-beda,

"Secara umum.. Apa ya.. Mungkin yang pertama kali di otak aku tuh ya.. Faktor keberuntungan kali ya, hahaha.. Nggak tahu kenapa tiap kali aku lomba itu selalu ada, selalu apa ya.. Kayak ada faktor-faktor lain sih. Kayak meskipun sering lomba, juga ada lomba yang meskipun aku sudah ngasih yang terbaik, tetep aja kalah gitu loh.. Aku juga bingung. Makannya aku mikir kayaknya lebih ke keberuntungan."

Fenomena ini dapat disebabkan oleh faktor internal seperti, standar diri yang tinggi dan perfeksionis, serta ketidakmampuan menerima kemampuan diri. Sedangkan, faktor eksternal yang turut berkontribusi adalah perbandingan dengan orang lain, serta ekspektasi dari orang lain (Nafisaturrisa & Hidayati, 2023; Prettycia dkk., 2025). Namun, pada dasarnya fenomena ini disebabkan berbagai macam faktor, tetapi belum ada kesepakatan formal mengenai etiologi *impostor syndrome* sendiri (Huecker dkk., 2023).

Impostor syndrome sendiri adalah perasaan tidak layak atas prestasi yang telah diraih meskipun terdapat bukti objektif tentang kemampuannya (Agatha dkk., 2025; Prettycia dkk., 2025), meskipun tidak diakui sebagai gangguan kejiwaan yang tercantum pada DSM atau ICD10, tetapi perilaku tersebut dapat dikaitkan dengan kecemasan dan depresi (Al Lawati dkk., 2023). *Impostor syndrome* memiliki tiga dimensi yaitu, *fake* berupa keraguan pada kemampuan diri disertai perasaan khawatir terhadap penilaian orang lain. Dimensi kedua adalah *luck*, yang ditandai dengan keberhasilan yang dikaitkan pada faktor eksternal, seperti keberuntungan. Selanjutnya, *discount* yang dimana individu merasa tidak pantas menerima pujian atau ketidakmampuan mengakui kemampuannya (Clance, 1985). Prevalensi

impostor syndrome pun cukup bervariasi menurut Bravata dkk. (2020) dengan rentang 9-82% tergantung pada alat ukur dan ambang batas yang digunakan untuk menilai karakteristik *impostor syndrome*.

Penelitian dari Arya & Tetteng (2023) pada mahasiswa dengan IPK $\geq 3,00$ -4,00 menyatakan bahwa individu dengan kategori sedang-tinggi menunjukkan karakteristik tidak mampu menerima dan menikmati prestasinya, mereka juga meragukan kemampuan dan mengaitkan keberhasilan dengan faktor eksternal. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Giriansyah & Qoyyimah *self-efficacy* dan *impostor syndrome* pada 285 mahasiswa dengan IPK diatas 3,50, yang menyatakan bahwa keraguan atas kemampuan berpengaruh pada *self-efficacy* sehingga ada hubungan negatif antara *self-efficacy* dan *impostor syndrome*. Penelitian lain dari Wibowo dkk. (2023) terkait resiliensi dan *impostor syndrome* dengan mahasiswa IPK 3,50, dimana ada kekhawatiran tidak mampu memenuhi harapan orang lain, membandingkan diri dengan mahasiswa yang lebih unggul, serta ketakutan untuk gagal yang dikaitkan dengan aspek pencarian bantuan dan respons negatif pada resiliensi.

Meskipun penelitian terdahulu mengenai *impostor syndrome* dalam konteks mahasiswa telah banyak muncul tetapi konteks yang membahas Mahasiswa Berprestasi (Mawapres) masih terbatas. Fokus dari penelitian terdahulu pada hubungan antar variabel sehingga pengalaman mawapres sebagai kelompok yang unik karena memiliki banyak prestasi disertai ekspektasi yang cukup tinggi belum banyak diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mengeksplorasi keunikan fenomena *impostor syndrome* berdasarkan pengalaman masing-masing partisipan terkait, keraguan, atribusi keberhasilan, dan respons atas pujian.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus intrinsik untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan lebih dalam tentang bagaimana suatu kasus atau fenomena secara mendalam karena keunikan (Ilhami 2024 dalam (Iin Salsabila dkk., 2025; Nasution, 2023), mengenai *Impostor Syndrome* terjadi pada kalangan atau kelompok tertentu yaitu Mahasiswa Berprestasi (Mawapres) serta mengungkap kekhasan atau karakteristik dalam kasus tersebut.

Partisipan

Pemilihan partisipan penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang mengambil sampel berdasarkan syarat atau kriteria yang telah ditentukan (A. F. Nasution, 2023). *Clance Impostor Phenomenon Scale* digunakan yang telah di translasi kedalam Bahasa Indonesia oleh Agatha dkk. (2025) digunakan sebagai *screening* awal untuk menentukan partisipan. Kriteria partisipan pada penelitian ini adalah bersedia menjadi partisipan yang ditandai dengan pengisian informed consent, telah mengikuti Pilmapres Universitas Airlangga Tahun 2025, dan Top 5 Sarjana dan Top 5 Vokasi Mawapres Universitas Airlangga.

Strategi Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik penggalan data berupa wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan wawancara semi terstruktur untuk mengemukakan pengalamannya secara terbuka (Fiantika dkk., 2022). Peneliti menyusun pedoman wawancara berdasarkan teori *Impostor Syndrome* oleh Clance yang terdiri atas *Fake*, *Luck*, dan *Discount*. Dalam memastikan kredibilitas, partisipan menggunakan metode *membercheck* agar informasi yang disampaikan partisipan sesuai dengan yang ditulis oleh peneliti (Mekarisce, 2020). Selain itu, menggunakan triangulasi teknik dengan menggunakan dokumen

visual, berupa *diary*, *vision board*, dan catatan revisi.

Analisis Data

Data yang telah didapat diolah menggunakan analisis tematik *theory-driven* Boyatzis untuk mengidentifikasi, analisis, dan pelaporan tema pada suatu kasus (Boyatzis (1998) dalam Poerwandari (2017)). Tema yang digunakan didapatkan dari teori *Impostor Syndrome* Clance (1985)

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penggalan data pada keempat partisipan ditemukan pola pengalaman *impostor syndrome* yang muncul pada seluruh partisipan yang kemudian dirangkum pada tabel berikut untuk menggambarkan kesamaan dan perbedaan lintas partisipan.

Tabel 1. Penemuan Tema Lintas Kasus

Tema	Partisipan 1 (DA)	Partisipan 2 (MG)	Partisipan 3 (AB)	Partisipan 4 (JN)
<i>Fake</i>	• Penilaian yang terlalu fokus pada kelemahan dan melupakan prestasi membuatnya cemas • Membandingkan dan mempertanyakan kemampuan dirinya dengan orang lain. Namun, perbandingan ini dijadikan sebagai motivasi juga untuknya • Cenderung menutupi kelemahan yang sifatnya menjatuhkan • Cenderung tidak takut gagal. Menurutnya, gaga adalah rezeki dan <i>redirection</i>. • Membuat target dibawah kemampuan	• Khawatir direndahkan dan dikritik dibelakang. Ia khawatir dengan pendapat orang-orang terhadapnya apabila tidak sesuai yang di ekspektasikan. Hal ini menjadi tekanan untuk partisipan MG • Cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang telah mencapai target pribadi partisipan yaitu, <i>exchange fully funded</i> dan beasiswa • Cenderung menutupi kelemahan yang orang lain ekspektasikan ia mampu, seperti kemampuan bahasa	• Penilaian orang lain ketika ia gagal atau kalah, membuatnya khawatir. Ia juga merasa malu karena tidak bisa memenuhi ekspektasi orang lain dan membuatnya demotivasi • Cenderung membandingkan diri pada saat kompetisi, melihat orang lain yang lebih berprestasi, dan merasa kurang berprestasi jika melihat orang yang dikenalnya memperoleh kemenangan dengan usaha yang tidak semaksimal dirinya	• Penilaian orang lain membuatnya cemas karena khawatir tidak bisa memenuhi ekspektasi orang lain dan justru diremehkan. • Cenderung membandingkan diri dengan orang lain, baik pada saat seleksi mawapres atau ketika melihat orang lain di instagram yang memunculkan keraguan dan <i>insecurity</i> • Selektif dalam menutupi kelemahan pada orang-orang terdekat karena malu

	untuk merasakan ketenangan dan <i>satisfaction feeling</i> dengan terselesaikannya tugas • Cenderung menolak tugas yang ia tidak yakin apabila ia yang melakukan akan efektif dan efisien • Keraguan pada kemampuan diri nya semakin besar saat ia gagal dalam mencapai sesuatu	inggris dan mandarin • Cenderung tidak takut untuk gagal karena semua dipasrahkan kepada Tuhan • Menetapkan target dibawah kemampuan karena faktor uang, waktu, dan tenaga. Secara tidak sadar juga dipengaruhi oleh keraguan pada kemampuan nya. Dengan membuat target yang realistis sebagai antisipasi atas kekecewaan • Memilih tugas secara selektif dengan pertimbangan keuntungan jangka panjang sehingga meskipun sulit, tetapi menguntungkan, maka akan diambil • Keraguan diri dengan dialog internal terkait mempertanyakan kemampuan nya. Keraguan dan rasa rendah diri muncul saat membandingkan diri dengan orang lain	• Cenderung menutupi kelemahannya karena dianggap malu dianggap bodoh dan tidak becus • Takut gagal pada sebuah tugas yang belum pernah ia coba atau bahkan pada suatu hal yang selalu ia lakukan. Hal ini disebabkan karena takut dengan penilaian orang lain • Tidak pernah menetapkan target dibawah kemampuannya agar tidak mudah puas • Memilih tugas secara selektif dengan pertimbangan finansial, pembelajaran, dan minat • Ketika gagal mendapatkan apa yang ia tentukan, ia akan meremehkan dan meragukan kemampuannya. Merasa tidak berguna, tidak percaya diri, dan merasa perjuangan sia-sia.	apabila terbukti tidak bisa • Cenderung tidak takut gagal, tetapi khawatir dengan penilaian orang lain saat ia gagal • Menetapkan target diatas kemampuan sebagai motivasi • Memilih tugas secara selektif dengan pertimbangan manfaat jangka panjang • Keraguan diri muncul saat membandingkan diri dengan peserta mawapres lain sehingga membuatnya merasa rendah diri dan tertinggal
Luck	• Mengatribusikan pencapaian pada 30% keberuntungan dan	• Mengatribusikan pencapaian sebagai 50% usaha dan 50% doa. Doa	• Mengatribusikan pencapaian sebagai 50% usaha dan 50%	• Mengatribusikan pencapaian sebagai 40% usaha dan 60%

	70% usaha - Ia cenderung menjawab 'beruntung' saat dipuji karena tidak ingin merasakan tekanan	lah yang membawa keberuntungan padanya Mengatribusikan keberhasilan sebagai <i>privilege</i>, waktu dan tempat yang tepat, dan keberuntungan	Keberuntungan menurutnya adalah berada di waktu dan tempat yang tepat sehingga ketika sudah memberikan usaha maksimal, kemenangan akan mengikuti	keberuntungan Merasa bahwa keberhasilannya sebagai kesalahan teknis
Discount	- Cenderung menerima pujian secara verbal, tetapi menolak secara internal karena khawatir tidak bisa memenuhi ekspektasi orang lain - Dengan adanya pujian, ia juga merasa tertekan untuk bisa mencapai sesuatu di kesempatan berikutnya	- Perasaan yang campur aduk karena senang, tetapi juga tidak nyaman apabila dipuji berlebihan. - Backhanded compliment membuatnya bingung dan terkejut. Hal ini juga memberikan tekanan untuk mencapai prestasi lain agar tidak diremehkan orang lain	- Merasa tidak perlu dipuji, tetapi ia juga merespon pujian apabila orang yang tidak ia kenal memujinya atau dipuji karena sesuatu yang baru pertama kali dia kerjakan - Pujian di maknai sebagai keuntungan, kebahagiaan sesaat, dan validasi, bukan sebagai motivasi	- Pujian membuatnya senang karena pengakuan, tetapi juga rasa tidak enak hati karena pujian tidak sesuai dengan kemampuan asli hingga membuatnya merasa terbebani - Pujian tidak berpengaruh pada prestasi, karena motivasi datangnya dari diri sendiri
• TEMUAN LAINNYA				
Superwoman /Superman	- Pada forum kecil, ia cenderung merasa rendah diri apabila bukan menjadi yang terbaik dan mempertanyakan kemampuan nya - Cenderung perfeksionis dengan mempertanyakan apakah tugasnya sudah sesuai dan hal tersebut	- Didoktrin untuk menjadi yang terbaik meningkatkan kesadaran diri partisipan untuk membalas jasa orang tua nya - Perfeksionis pada tugas yang ditekuni, seperti pembuatan essay sehingga harus sesuai dengan standar dan	- Cenderung ingin menjadi yang terbaik, tetapi ia juga takut menunjukkan kemampuan nya ditengah-tengah orang hebat - Sebelumnya ia memiliki kecenderungan perfeksionis dengan melakukan revisi, meskipun telah	- Cenderung ingin menjadi yang terbaik pada hal-hal yang berkaitan dengan karier nya. Namun, merasa <i>insecure</i> karena bukan jadi yang terbaik - Perfeksionis pada tugas atau pekerjaan yang berkaitan dengan bidangnya.

	cukup mengganggu nya, terutama apabila ada detail yang tertinggal • Prokrastinasi karena merasa belum mendapat momen yang tepat untuk mengerjakan	kriteria tersendiri yang menyebabkan adanya revisi berulang •	mendekati tenggat waktu dan merevisi pekerjaan temannya (<i>micromanaging</i>). • Prokrastinasi karena belum 'mood' untuk mengerjakan	• Prokrastinasi karena ingin mengisi energi kembali
<i>Fear & Guilt about Success</i>	• Merasa bersalah jika dibandingkan secara akademik dengan orang lain. Hal ini memunculkan rasa tidak nyaman • Dijauhi oleh seseorang yang iri padanya, padahal ia tidak pernah memamerkan pencapaiannya	• Pernah merasa bersalah akibat pasangan yang rendah diri dengan pencapaiannya. Namun, menyadari bahwa ia harusnya menyeleksi orang lain, bukan merasa bersalah • Dijauhi dan dimanfaatkan temannya selama SMP untuk berbagi sontekan dan catatan materi	• Ia merasa dikelilingi oleh lingkungan yang suportif sehingga tidak merasakan bersalah atas prestasinya, tetapi ia juga merasa bersalah apabila pekerjaan yang ia lakukan tidak sesuai dengan ekspektasi dan tidak merepresentasikan gelarnya sebagai mawapres • Tidak pernah dijauhi dalam konteks buruk, hanya tidak diajak berkumpul dengan teman angkatannya	• Merasa bersalah karena setelah menjadi mawapres, temannya justru segan padanya • Tidak pernah dijauhi karena lingkungan pertemanan yang berprestasi dan suportif

DISKUSI

High achievers cenderung mengalami *impostor syndrome*, meskipun memiliki prestasi objektif, seperti halnya mawapres yang memiliki gelar serta prestasi yang cukup banyak. Mawapres sendiri adalah seorang mahasiswa yang telah mengikuti Pemilihan Mahasiswa Berprestasi (Pilmapres) dengan Capaian Unggulan, Gagasan Kreatif dan Produk Inovatif, serta kemampuan berbahasa Inggris (Matindas dkk., 2025). Maka, seharusnya dengan prestasi yang dimiliki, terdapat keyakinan pada kemampuannya, tetapi seorang *impostor* akan merasa membohongi orang lain karena menurutnya prestasinya disebabkan oleh faktor-faktor diluar diri (Clance, 1985). Berdasarkan hasil alat ukur *Clance Impostor Phenomenon Scale* yang di translasi oleh Agatha dkk. (2025) ditemukan hasil sebesar 33,33% atau 3 partisipan berada dalam kategori *Few*, 22,22% atau 2 partisipan berada di kategori *Moderate*, dan 44,44% atau 4 partisipan berada pada kategori *Frequently*, tetapi tidak ada partisipan yang berada dalam kategori *Intense*.

Seorang *impostor* cenderung sensitif dengan evaluasi atau penilaian dari orang lain (Tripathi dkk., 2025). Hal ini sejalan dengan seluruh partisipan yang merasa khawatir dengan penilaian orang lain karena khawatir tidak mampu memenuhi ekspektasi yang diberikan dan diremehkan. Menurut Noskeau dkk. (2021), penilaian serta pemikiran orang lain terhadap individu *impostor* berkaitan dengan kecemasan. Partisipan juga cenderung tidak nyaman untuk menerima prestasi karena khawatir orang lain meletakkan ekspektasi yang lebih tinggi padanya (Clance, 1985). Penelitian Pannhausen dkk. (2022) menyatakan bahwa seorang *impostor* tidak ingin mengecewakan harapan orang lain padanya.

Menurut, Tripathi dkk. (2025) salah satu faktor yang berkontribusi pada *impostor syndrome* adalah *social comparison*. Keempat partisipan cenderung melakukan *upward social comparison* dengan membandingkan diri mereka dengan individu yang lebih unggul. Penelitian Chakraverty (2020) mendukung penemuan ini bahwa *social comparison* terjadi pada seorang *impostor* hingga mempertanyakan kemampuannya sendiri. *Social comparison* dapat membuat individu termotivasi untuk mengembangkan kemampuan tergantung pada cara mereka menginterpretasikan perbandingan tersebut (Wills (1981) dan Wood (1989) dalam Tripathi dkk., 2025).

Hasil *Clance Impostor Phenomenon Scale* menemukan bahwa partisipan cenderung menutupi kelemahan dirinya, baik yang sifatnya menjatuhkan ataupun yang diekspektasikan mereka mampu. Hal ini sesuai dengan penelitian Neureiter & Traut-Mattausch (2016) bahwa seorang *impostor* cenderung tidak menunjukkan kelemahannya sehingga mereka bekerja sangat keras. Beberapa partisipan merasa malu apabila ia gagal atau kalah karena khawatir pada penilaian orang lain. Penelitian Cowman & Ferrari (2002) dan White (2001) dalam Wei dkk. (2020) mendukung temuan ini yang menyatakan *impostor syndrome* berkaitan dengan rasa malu. Dalam perspektif kognitif-motivasi-relasional, kegagalan dipersepsikan mengancam karena berkaitan dengan respon dipermalukan atau diremehkan (Conroy dkk., 2007).

Ketakutan untuk gagal ini membuat dua partisipan meletakkan target dibawah kemampuan aslinya sebagai bentuk *satisfaction feeling*, faktor uang, waktu, dan tenaga, serta antisipasi kekecewaan. Hal ini sesuai dengan King & Cooley (1995) dalam Yadav & Raj (2024) bahwa seorang *impostor* menetapkan standar dibawah kemampuan karena probabilitas untuk sukses lebih besar. Sedangkan kedua partisipan lainnya cenderung menetapkan target diatas kemampuan sebagai sarana motivasi. Individu dengan *impostor syndrome* cenderung menekankan diri untuk mencapai standar yang tinggi (Pákozdy dkk., 2024).

Seorang *impostor* juga cenderung menghindari tugas yang sulit apabila ada orang lain yang lebih baik untuk mengerjakan tugas tersebut karena mereka menghindari situasi yang membuat mereka tidak menjadi yang terbaik (Clance, 1985). Keempat partisipan cenderung menghindari tugas yang sulit secara selektif, berdasarkan keuntungan jangka panjang, pembelajaran, dan karier. Hal ini juga diikuti dengan keraguan pada kemampuan diri keempat partisipan terutama ketika mengalami kegagalan atau

membandingkan dirinya dengan individu yang lebih unggul. Menurut Chatterjee (2024) hal ini berdampak pada *self-efficacy* yang berarti semakin tinggi level *impostor syndrome*, semakin rendah *self-efficacy*. Hal ini ditandai dengan partisipan yang seringkali mempertanyakan kemampuannya.

Dalam mengatribusikan keberhasilan, partisipan menunjukkan proporsi antara usaha dan keberuntungan yang berbeda, dimana sebagian proporsi seimbang dan lainnya menekankan pada salah satu faktor. Partisipan kedua dan ketiga mengatribusikan keberhasilannya pada 50% usaha dan 50% keberuntungan. Sedangkan, partisipan satu mengatribusikan prestasi pada 70% usaha dan 30% keberuntungan. Serta, partisipan keempat dengan 40% usaha dan 60% keberuntungan. Partisipan kedua dan ketiga menganggap keberuntungan dan usaha secara seimbang, tetapi partisipan pertama menganggap usaha lebih besar, dan partisipan keempat yang merasa keberuntungan lebih besar pengaruhnya. Hal ini berkaitan dengan atribusi eksternal pada keberuntungan, timing, dan kerja keras. Seorang *impostor* percaya bahwa keberhasilan disebabkan oleh tempat dan waktu yang tepat, mengenali seseorang yang berkuasa, atau hanya karena mereka bekerja keras (Clance, 1985). Hal ini didukung oleh penelitian Ibrahim dkk. (2023) bahwa *impostor syndrome* menunjukkan atribusi eksternal pada kesuksesan dan atribusi internal pada kegagalan.

Pada respons atas pujian, partisipan tidak sepenuhnya senang, tetapi juga tidak nyaman. Ketidaknyamanan ini disebabkan karena adanya tekanan untuk mempertahankan atau meningkatkan pencapaian di masa depan sehingga memunculkan kekhawatiran apabila tidak mampu memenuhi ekspektasi tersebut. Dalam beberapa partisipan, pujian dianggap sebagai validasi atau keuntungan sesaat atau bahkan kesalahan administrasi yang menunjukkan keraguan pada kemampuan diri. Hal ini sesuai dengan penelitian Maryam & Istiana (2025) yang menyatakan bahwa individu dengan *impostor syndrome* cenderung menolak pujian karena merasa tidak pantas dan meragukan kemampuannya.

Temuan lain yang didapatkan dari penelitian ini adalah keinginan keempat partisipan untuk menjadi yang terbaik, berkaitan dengan karier mereka. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Nurhikma & Nuqul (2020) bahwa individu dengan *impostor syndrome* cenderung menginginkan untuk menjadi yang terbaik. Keinginan ini dipengaruhi oleh ekspektasi dari orang lain maupun keluarga. Pada salah satu partisipan, keinginan ini digunakan untuk memenuhi harapan orangtua. Ia juga jarang mendapat pujian dari orangtua nya, kecuali untuk prestasi yang 'besar', padahal menurut Sakulku (2011) tanpa adanya pengakuan prestasi dari keluarga membuat seorang *impostor* merasa bahwa prestasinya dianggap remeh, tidak penting, atau tidak mengesankan.

Hal ini diikuti dengan adanya kecenderungan untuk perfeksionis pada bidang yang mereka kuasai. Menurut Thompson, Foreman, dan Martin (2000) dalam Ferrari & Thompson (2006) yang menyatakan bahwa *impostor syndrome* berkaitan dengan perfeksionis pada kesalahan. Keempat partisipan perfeksionis pada tugas yang mereka kuasai, tetapi mereka juga cenderung melakukan prokrastinasi karena ingin mengerjakan tugas tersebut. Clance (1985) menyatakan ketika individu dengan *impostor syndrome* dihadapkan pada sebuah tugas, mereka akan merasa cemas atau takut sehingga melakukan prokrastinasi karena merasa belum mampu menyelesaikan tugas tersebut.

Karakteristik lain yang muncul adalah rasa bersalah karena prestasi yang dimiliki. Sebagian partisipan menunjukkan rasa bersalah karena membuat orang lain merasa tersaingi, merasa dibandingkan, dan tidak diikuti dalam kegiatan bersama sehingga keberhasilan tidak hanya sebagai pencapaian, tetapi konsekuensi yang memengaruhi hubungan dengan orang lain. Partisipan pertama, kedua, dan keempat memiliki pengalaman terkait rasa bersalah karena membuat orang lain sedih ketika dibandingkan dengannya, lebih berprestasi dari pasangannya, dan rasa bersalah membuat orang lain menjadi segan padanya. Sedangkan, partisipan ketiga tidak mengalami hal tersebut. Partisipan pertama dan kedua juga memiliki pengalaman dijauhi karena membuat orang lain iri padanya dan dimanfaatkan prestasinya. Sedangkan partisipan ketiga dan keempat tidak mengalaminya. Rasa bersalah ini ditandai dengan tidak ingin terlihat berbeda atau merasa terpisahkan dari orang-orang yang penting baginya hanya karena prestasi. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Vries (2005) bahwa rasa takut akan kesuksesan

disebabkan oleh rasa takut tidak disukai oleh orang terdekat. Menurut Horney (1963) dalam Coe dkk. (2014) kesuksesan berdampak pada ketidaksukaan yang mengakibatkan hilangnya afeksi dari orang lain dan hal ini disebabkan karena orang penting, seperti saudara ataupun pasangan, belum mendapatkan prestasi serupa (Clance, 1985).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa Mahasiswa Berprestasi (Mawapres) yang memiliki banyak prestasi mengalami beberapa karakteristik *impostor syndrome* karena prestasi yang dimiliki tidak diikuti dengan keyakinan atas kemampuan diri sehingga adanya kesenjangan antara prestasi dan persepsi atas kemampuan diri. Sebagai seorang mawapres, gelar ini dapat menjadi sumber kebanggaan dan tekanan untuk memenuhi ekspektasi orang lain yang mengarah pada terjadinya *impostor syndrome*. Maka, diperlukan dukungan yang berfokus pada keyakinan atas kemampuan diri sehingga mawapres dapat berkembang secara optimal tanpa terbebani oleh keraguan dan perasaan tidak layak.

SIMPULAN

Hasil penelitian mengenai *impostor syndrome* pada mahasiswa berprestasi (mawapres) menunjukkan bahwa partisipan memiliki beberapa karakteristik *impostor syndrome*, meskipun memiliki capaian akademik dan non akademik yang tinggi. Hal ini ditandai dengan pertama, keempat partisipan menunjukkan keraguan diri dalam konteks yang berbeda-beda, seperti saat mengalami kegagalan atau membandingkan diri dengan orang lain yang lebih unggul. Kedua, keberhasilan dikaitkan dengan faktor-faktor diluar diri, seperti keberuntungan dan *timing* dengan proporsi faktor eksternal yang bervariasi mulai dari 30% hingga 60%. Ketiga, partisipan merespons pujian dengan pola umum senang, tetapi sekaligus tidak nyaman karena pujian dimaknai sebagai tekanan untuk mempertahankan atau meningkatkan prestasinya. Temuan lain yang muncul adalah, keempat partisipan berkeinginan untuk menjadi yang terbaik didorong oleh berbagai hal, seperti yang berkaitan dengan karier dan tuntutan. Hal ini diikuti dengan kecenderungan untuk perfeksionis pada beberapa partisipan dalam bentuk mempertanyakan kualitas tugas yang dikerjakan. Beberapa partisipan juga merasa bersalah atas prestasinya karena membuat orang lain menjadi iri dan dijauhi. Hal ini juga berkaitan dengan ketidakmampuan untuk menerima prestasi yang dimiliki karena khawatir dijauhi oleh orang yang penting bagi mereka (Clance, 1985). Fenomena ini dapat menjadi pendorong untuk berkembang, tetapi juga berisiko menimbulkan tekanan psikologis sehingga diperlukan intervensi yang membantu individu mengevaluasi dirinya secara lebih objektif

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Partisipan dalam penelitian ini yang bersedia membagikan pengalamannya untuk kepentingan penelitian dan menjadi bahan analisis terkait pengalaman *impostor syndrome* pada mahasiswa berprestasi Universitas Airlangga

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Nadylla Puteri Wahyuningtyas dan Ike Herdiana tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

Agatha, E. Z., Yosep, I., Hernawaty, T., & Hikmat, R. (2025). Gambaran *impostor syndrome* pada siswa

- forum OSIS Kota Bandung: Antara prestasi dan keraguan diri. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 8(2). <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i2.1485>
- Anyelir, N. P., & Sahrani, R. (2024). Impostor Syndrome Resiliensi dan Motivasi: Perspektif Mahasiswa Berprestasi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 47833–47844. <https://www.researchgate.net/publication/388497681>
- Arya, M. Z., & Tetteng, B. (2023). Self-esteem dan Fenomena Impostor pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(4), 42–54.
- Bachi, D. M. (2025). Impostor Syndrome and Self-Doubt Among High Achievers. *Indonesian Journal on Health Science and Medicine*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.21070/ijhsm.v2i1.154>
- Chakraverty, D. (2020). *P H D S TUDENT E XPERIENCES WITH THE I MPOSTOR*. 15, 159–179.
- Chandra, S., Huebert, C. A., Crowley, E., & Das, A. M. (2019). Impostor Syndrome: Could It Be Holding You or Your Mentees Back? *Chest*, 156(1), 26–32. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2019.02.325>
- Chatterjee, D. (2024). *Imposter Syndrome and Its Relationship with Self-Efficacy and Achievement of Success*. 15(1978). <https://ssrn.com/abstract=4815409>
- Clance, P. R. (1985). *The Impostor Phenomenon: Overcoming The Fear That Haunts Your Success* (1 ed., Vol. 32, Nomor 3). PEACHTREE PUBLISHERS, LTD.
- Coe, E., Rouse, S. V., & Krumrei, E. J. (2014). The Relationship between Success Modeling and Fear of Success in College Students. *Journal of Psychological Inquiry*, 19, 18–24.
- Conroy, D. E., Kaye, M. P., & Fifer, A. M. (2007). Cognitive links between fear of failure and perfectionism. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 25(4), 237–253. <https://doi.org/10.1007/s10942-007-0052-7>
- Ferrari, J. R., & Thompson, T. (2006). Impostor fears: Links with self-presentational concerns and self-handicapping behaviours. *Personality and Individual Differences*, 40(2), 341–352. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.07.012>
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. In *PT. GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI* (Nomor March).
- Giriansyah, S. P., & Qoyyimah, N. R. H. (2025). Academic Self-efficacy, Academic Self-concept, and Impostor Phenomenon among High Achiever Students. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 14(1), 109–114. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v14i1.17125>
- Huecker, M. R., Shreffler, J., McKeny, P. T., & Davis, D. (2023). *Impostor Phenomenon*. StatPearls. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK585058/>
- Ibrahim, F., Brill, E., Meyberg, T., & Herzberg, P. Y. (2023). The impostor phenomenon in the eye of knowledgeable others: the association of the impostor phenomenon with the judge's accuracy. *Frontiers in Psychology*, 14(December), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1290686>
- Iin Salsabila, Dinda Meiliani, Sabila Maharani, & Reza Noprial Lubis. (2025). Desain Penelitian Studi Kasus. *Jurnal Arjuna : Publikasi Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Matematika*, 3(3), 245–254. <https://doi.org/10.61132/arjuna.v3i3.1937>
- Maryam, A. A., & Istiana, I. (2025). Gambaran Impostor Phenomenon Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Stambuk 2018. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 10–20. <https://doi.org/10.31289/jsa.v4i1.5278>
- Matindas, R. W., Sailah, I., Indrasti, N. S., Simanjuntak, T., Aparamarta, H. W., Angelina, D., Maradona, A. F., & Rengga, W. D. P. (2025). *Panduan Pemilihan Mahasiswa Berprestasi Program Sarjana Tahun 2025* (1 ed.). Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan; Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi; Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–151. <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Muslimah, A. I., Amalia, S. C., Jauharah, A. N., Kurniawati, Y., & Fadhiilah, A. Q. (2022). Fenomena Impostor Syndrome Pada Mahasiswa Berprestasi (Mawapres) Universitas Islam “45” Bekasi. *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 14(1), 10–22. <https://doi.org/10.33558/soul.v14i1.5952>
- Nabila, Dewi, E. M. P., & Nur, H. (2022). Impostor Phenomenon Pada Individu yang Berprestasi. *Jurnal*

- Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(4), 15–31.
- Nafisaturrisa, A., & Hidayati, I. A. (2023). *Impostor Syndrome Pada Mahasiswa Peserta Program Kampus Merdeka Universitas Muhammadiyah Surakarta*. 3–12.
<https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/112919%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/112919/1/naspubperpus1.pdf>
- Nasution, A. F. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif* (M. Albina (ed.); 1 ed.). CV. Harfa Creative.
- Neureiter, M., & Traut-Mattausch, E. (2016). An Inner Barrier to Career Development: Preconditions of the Impostor Phenomenon and Consequences for Career Development. *Frontiers in Psychology*, 7(February), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00048>
- Noskeau, R., Santos, A., & Wang, W. (2021). Connecting the Dots Between Mindset and Impostor Phenomenon, via Fear of Failure and Goal Orientation, in Working Adults. *Frontiers in Psychology*, 12(November), 1–18. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.588438>
- Nurhikma, A., & Nuqul, F. L. (2020). Saat Prestasi Menipu Diri: Peran Harga Diri dan Ketangguhan Akademik Terhadap Impostor Phenomenon. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 145–154.
- Pákozdy, C., Askew, J., Dyer, J., Gately, P., Martin, L., Mavor, K. I., & Brown, G. R. (2024). The impostor 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>
- Pannhausen, S., Klug, K., & Rohrmann, S. (2022). Never good enough: The relation between the impostor phenomenon and multidimensional perfectionism. *Current Psychology*, 41(2), 888–901. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00613-7>
- Prettycia, T., Aurelia, N., & Fahlevi, R. (2025). Peran Impostor Syndrome Terhadap Kesejahteraan Karyawan Generasi Z. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 8(1), 181–190. <http://www.jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA/article/view/6006%0Ahttps://www.jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA/article/download/6006/2698>
- Sakulku, J., & Alexander, J. (2011). The Impostor Phenomenon. *International Journal of Behavioural Science*, 6(1), 75–97. <https://doi.org/https://doi.org/10.14456/ijbs.2011.6>
- Tripathi, S. R., Arya, S., & Tilawat, A. (2025). Winning The Prize but Living in Lies : Role of Social Comparison in Development and Persistence of Imposter Syndrome. *Internaltional Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Reseaerch*, 8(5), 57–71.
- Ula, Z., Mawarpury, M., Sari, K., & Khairani, M. (2023). Menyoal Kaitan Impostor Phenomenon dan Resiliensi Pada Mahasiswa. *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 6(2), 221–236. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v6i2.33526>
- Vries, M. F. . K. de. (2005). The dangers of feeling like a fake. *Harvard Business Review*, 83(9).
- Wei, M., Liu, S., Ko, S. Y., Wang, C., & Du, Y. (2020). Impostor Feelings and Psychological Distress Among Asian Americans: Interpersonal Shame and Self-Compassion. *Counseling Psychologist*, 48(3), 432–458. <https://doi.org/10.1177/0011000019891992>
- Wibowo, S. H., Mamesah, M., & Hanim, W. (2023). HUBUNGAN ANTARA IMPOSTOR SYNDROM DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 12(2), 56–69.
- Yadav, Y., & Raj, R. (2024). *The Relationship of Impostor Syndrome with Achievement Motivation and Active Procrastination among Employees in the Private Sector*. 12(2). <https://doi.org/10.25215/1202.086>