

Self-esteem dan Fenomena Impostor pada Mahasiswa

Muhammad Zhaqy Arya^{1*}, Basti Tetteng²

^{1,2} *Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar. Indonesia*

**E-mail: Zhaqyarya@gmail.com*

Abstract

Students with high GPA should be proud of the achievements that have been achieved, but this does not apply to students who experience an impostor tendency to think that these achievements were achieved due to sheer luck. The purpose of this study was to determine the relationship between self-esteem and impostor phenomenon in college students. The research method used is quantitative correlation with a total of 180 (N=180) UNM students who have a Grade Point Average (GPA) ≥ 3.00 -4.00. The measuring tool uses an adaptation of the self-esteem scale and the impostor phenomenon. Data analysis technique used the Spearman rho test and Mann-Whitney. The results of this study indicate that there is a negative relationship ($p=0.000$ and $r=-0.465$) between self-esteem and the impostor phenomenon in UNM students and there is no difference in the impostor phenomenon in terms of gender ($p=0.116$). This research contributes to the field of psychology, especially social psychology related to self-esteem and the impostor phenomenon in college students.

Keyword: *College students, Impostor phenomenon, Self-esteem.*

Abstrak

Mahasiswa dengan IPK tinggi seharusnya bangga akan prestasi yang telah dicapai, namun hal tersebut tidak berlaku pada mahasiswa yang mengalami kecenderungan impostor yang menganggap prestasi tersebut dicapai karena faktor keberuntungan semata. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan self-esteem dan fenomena impostor pada mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan jumlah responden sebanyak 180 (N= 180) mahasiswa UNM yang memiliki kriteria Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) ≥ 3.00 -4.00. Alat ukur menggunakan adaptasi skala self-esteem dan fenomena impostor. Teknik analisis data menggunakan uji Spearman rho dan Mann-Whitney. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif ($p=0,000$ dan $r=-0,465$) antara self-esteem dan fenomena impostor pada mahasiswa UNM dan tidak ada perbedaan fenomena impostor jika ditinjau dari jenis kelamin ($p=0,116$). Penelitian ini memberikan kontribusi pada bidang psikologi, khususnya psikologi sosial terkait self-esteem dan fenomena impostor pada mahasiswa.

Kata kunci: *Fenomena impostor, Mahasiswa, Self-esteem.*

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah golongan pelajar yang rentan mengalami masalah psikologis. Mahasiswa dihadapkan pada fase adaptasi dengan perubahan peran serta lingkungan akademis yang tentu saja sangat berbeda jauh dengan lingkungan di masa sekolah. Ati, Kurniawati dan Nurwanti (2015) memaparkan bahwa status menjadi mahasiswa seringkali memberikan tekanan tersendiri bagi individu karena adanya perubahan peran dan lingkungan serta proses akademik. Tekanan tersebut dapat memicu mahasiswa memunculkan perasaan tidak mampu menjalani proses perkuliahan dengan baik.

Pencapaian di bidang akademik pada perguruan tinggi seharusnya menjadi sebuah kebanggaan tersendiri bagi mahasiswa, namun jika ditelusuri lebih dalam pencapaian tersebut nyatanya juga memberikan tekanan tersendiri. Pencapaian yang diraih akan memberikan anggapan dan harapan individu lain terhadap kemampuan yang dimiliki dan hal tersebut secara tidak sengaja membuat individu berusaha untuk memenuhi harapan tersebut. Akibatnya, banyak di antara mahasiswa yang meragukan kemampuannya, menganggap setiap prestasi yang dicapai bukan disebabkan oleh kemampuan diri tetapi karena adanya faktor eksternal.

Peristiwa ketika mahasiswa menganggap bahwa pencapaian yang diraih bukan karena kemampuan dirinya melainkan karena faktor luar (eksternal) dikenal dengan istilah *impostor phenomenon*. Egwurugwu, dkk (2018) mengemukakan bahwa fenomena *impostor* adalah kondisi di mana individu yang berprestasi mengaitkan kesuksesan mereka dengan keberuntungan, merasa tidak kompeten, dan akibatnya terus-menerus takut akan kemungkinan bahwa individu lain dapat menemukan kelemahan atau penipuan mereka meskipun pencapaian mereka luar biasa. Young (2004) mendefinisikan fenomena *impostor* sebagai suatu kondisi di mana individu yang cerdas dan cakap tidak memahami kompetensi dan kesuksesan yang diraih, sebaliknya percaya bahwa mereka berhasil membodohi individu lain dengan berpikir bahwa mereka lebih pintar dan kompeten. Padahal nyatanya mereka memang cukup pintar dan kompeten. Individu yang mengalami fenomena *impostor* mengaitkan pencapaian mereka dengan keberuntungan, pesona, kesalahan penilaian, dan faktor eksternal lainnya.

Young (2004) menjelaskan bahwa salah satu kalangan yang rentan mengalami fenomena *impostor* adalah kelompok pelajar (*student*). Pada lingkungan akademik di universitas, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menjadi salah satu tolok ukur prestasi mahasiswa. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Wulandari dan Tjundjing (2007) menunjukkan (29.8%) mahasiswa Psikologi di Universitas Surabaya dengan IPK di atas 2,75 tergolong

impostor dengan kategori tinggi. Sehingga, peneliti berasumsi bahwa mahasiswa dengan IPK di atas rata-rata cenderung akan mengalami fenomena *impostor*.

Fenomena *impostor* nyatanya juga ditemukan pada kalangan mahasiswa di Kota Makassar. Peneliti melakukan survei awal terhadap 41 mahasiswa dan diketahui bahwa 33 (80%) responden pernah merasa ragu terhadap kemampuannya sendiri. Cohen dan McConnell (2019) mengemukakan bahwa individu yang berada dalam lingkungan akademik dengan tekanan yang cukup tinggi bahkan setelah memperoleh prestasi yang membanggakan, cenderung bertanya-tanya ke diri sendiri “apakah saya benar-benar cukup pantas berada di sini?”. Keraguan semacam itulah yang disebut oleh Clance dan Imes (1978) sebagai fenomena *impostor*.

Patzak, Kollmayer, dan Schober (2017) mengemukakan bahwa individu dengan fenomena *impostor* tidak pernah merasa siap terhadap tantangan. Individu juga cenderung mempertanyakan kapasitas dari kemampuan yang mereka miliki. Hal ini sejalan dengan hasil survei peneliti, dari 41 responden sebanyak 39 (95%) mahasiswa mengaku membutuhkan banyak persiapan sebelum melakukan sesuatu dan 31 (76%) merasa takut dan khawatir tidak mampu untuk mengulangi pencapaian yang sebelumnya telah diraih.

Hasil survei awal juga menunjukkan bahwa 34 (83%) responden merasa cemas apabila dihadapkan pada kondisi dimana mereka harus memperlihatkan kemampuan yang dimiliki dan sebanyak 36 (88%) responden merasa takut menghadapi kegagalan dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Clance dan O’Toole (1987) mengemukakan bahwa fenomena *impostor* membuat individu merasa bodoh dan takut dipermalukan karena membuat kesalahan, sehingga mereka tidak ingin individu lain mengetahui bahwa mereka tidak kompeten. Fenomena *impostor* ini juga memberikan ketakutan pada individu terhadap kegagalan. Sehingga, individu yang mengalami fenomena *impostor* berusaha untuk menghindari kesalahan atau kegagalan.

Chrisman, Pieper, Clance, Holland, dan Glickauf-Hughes (1995) menemukan bahwa terdapat tiga aspek dalam menjelaskan fenomena *impostor*. Pertama, aspek *fake* menilai tentang keraguan yang dirasakan individu terhadap kecerdasan dan kemampuan yang dimiliki. Kedua, aspek *discount* menilai pemikiran individu terhadap ketidakmampuan diri untuk mengakui kinerja yang baik. Ketiga, aspek *luck* menilai pemikiran individu terhadap tugas yang telah diselesaikan karena adanya faktor keberuntungan atau kebetulan semata. Individu memiliki pemikiran bahwa prestasi yang dicapai terjadi karena adanya kesalahan dan kesempatan bukan karena kemampuan yang dimiliki.

Walaupun fenomena *impostor* tidak termasuk dalam klasifikasi gangguan jiwa tetapi kondisi

seperti ini sangat umum dijumpai dalam sektor kehidupan. Apabila terus terjadi dan tidak ditangani akan menimbulkan gejala klinis seperti depresi, kecemasan umum, kurangnya kepercayaan diri, dan frustrasi yang berhubungan dengan ketidakmampuan untuk memenuhi standar pencapaian diri sendiri (Clance & Imes, 1978). Selain itu, individu ini akan selalu merasa bahwa segala hal yang berhasil diraih bukanlah karena kemampuan intelektual diri sendiri, melainkan karena banyaknya faktor eksternal seperti keberuntungan atau kebetulan semata. Hal ini yang kemudian menimbulkan perasaan takut akan kondisinya tersebut diketahui oleh individu lain dan dianggap sebagai penipu atau berbuat curang.

Potard (2017) mengemukakan bahwa salah satu faktor yang dapat memprediksi fenomena *impostor* pada individu adalah adanya keterlibatan *self-esteem* individu. *Self-esteem* cenderung meningkat apabila individu mampu meraih prestasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self-esteem* sebanding dengan keberhasilan yang dicapai (Wulandari & Tjundjing, 2007). Namun, tidak sama halnya dengan individu *impostor*, justru keberhasilan yang diraih membuat mereka cemas akan kelangsungan harga dirinya. Hal ini disebabkan oleh perasaan takut akan kemampuan diri yang dimiliki tidaklah sehebat dugaan individu lain. Para *impostor* selalu merasa dirinya tidak layak untuk memperoleh keberhasilan (Kamarzarrin, Khaledian, Shooshtari, Yousefi, & Ahrami, 2013).

Egwurugwu, dkk (2018) mendefinisikan *self-esteem* sebagai ukuran validitas, persetujuan, penerimaan, dan kelayakan yang dirasakan individu tentang dirinya sendiri. *Self-esteem* individu bisa naik dan turun sepanjang rentang kehidupan (Kille & Wood, 2012). Coopersmith (1967) mengemukakan bahwa *self-esteem* dapat diukur dengan empat aspek, pertama, kekuasaan (*power*) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk mengontrol dan mengatur perilaku serta mendapat pengakuan individu lain. Kedua, keberartian (*significance*) yaitu kasih sayang dan perhatian yang diberikan individu lain yang dirasakan oleh diri sendiri. Ketiga, kompetensi (*competence*) yaitu kemampuan individu dalam menunjukkan performansi yang tinggi dalam mencapai prestasi (*need of achievement*). Keempat, kebajikan (*virtue*) yaitu nilai yang ada dalam diri individu, ditandai dengan kepatuhan terhadap etika, standar moral, dan prinsip agama.

Hasil survei lapangan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 41 orang mahasiswa juga menemukan bahwa sebanyak 25 (61%) tidak puas dengan diri sendiri, 31 (76%) terkadang berpikir bahwa diri mereka tidak baik, 25 (61%) merasa tidak mampu melakukan suatu hal sebaik yang dilakukan kebanyakan orang, 31 (76%) merasa tidak punya banyak hal yang

dibanggakan terhadap dirinya dan tidak berguna pada saat tertentu, dan 40 (98%) sangat berharap mereka bisa lebih menghargai diri sendiri. Peneliti menyimpulkan dari hasil survei yang didapatkan menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung memberikan penilaian negatif terhadap diri sendiri.

Penelitian Mascarenhas, D'Souza, dan Bicholkar (2019) pada 150 dokter magang menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *self-esteem* dan fenomena *impostor*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nurhikma dan Nuqul (2020) bahwa *self-esteem* di kalangan mahasiswa memberikan pengaruh 32.7% terhadap terjadinya *impostor* phenomenon. Naser, Hasan, Zainaldeen, Zaidi, Mohamed, dan Fredericks (2022) juga memperkuat hasil temuan kedua variabel ini pada 290 mahasiswa kedokteran dengan hasil bahwa *self-esteem* yang rendah adalah prediktor kuat dari *impostor* phenomenon.

Penelitian terkait *self-esteem* jelas mendasari fenomena *impostor*, namun studi empiris yang meneliti hubungan antara fenomena *impostor* dan tingkat *self-esteem* telah menghasilkan penemuan yang agak beragam. Sebagian besar studi telah menemukan bahwa fenomena *impostor* dikaitkan dengan self esteem rendah, tetapi kekuatan asosiasi yang dilaporkan di seluruh studi ini bervariasi, dengan korelasi berkisar dari yang kuat (Sonnack & Towell, 2001; Neureiter & Traut- Mattausch, 2016) hingga efek sedang (Ross & Krukowski 2003; Caselman, Self & Self, 2006). Namun, ada juga studi lain yang menemukan bahwa fenomena *impostor* dan tingkat *self-esteem* tidak berhubungan (Harvey 1981; Topping 1983). Sehingga, penelitian ini akan berfokus untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan fenomena *impostor* khususnya pada kalangan mahasiswa UNM.

METODE

Metode penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan dua variabel, yaitu *self-esteem* dan fenomena *impostor*. *Self-esteem* adalah penilaian mahasiswa terhadap kelayakan diri secara keseluruhan yang ditampilkan dalam bentuk perilaku. Fenomena *impostor* adalah kecenderungan mahasiswa merasa ragu terhadap kemampuan yang dimiliki, mengabaikan pujian atas prestasi yang dicapai, dan menganggap prestasi yang telah dicapai berasal dari faktor eksternal, walaupun pada kenyataannya prestasi tersebut sebenarnya adalah hasil dari kemampuan diri.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Negeri Makassar (UNM) dengan kriteria memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) $\geq 3.00-4.00$. *Non-probability sampling* dengan metode *incidental sampling* dipilih sebagai teknik pengambilan sampel. Adapun total

sampel dalam penelitian berjumlah 180 responden.

Variabel *self-esteem* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala adaptasi dari Widyastuti (2002) berdasarkan aspek-aspek *self-esteem* menurut Coopersmith (1967), yaitu kekuasaan, keberartian, kemampuan, dan kebajikan. Sedangkan variabel fenomena *impostor* diukur menggunakan skala adaptasi dari Latief (2021) berdasarkan aspek-aspek dari Chrisman, Pieper, Clance, Holland, dan Glickauf-Hughes (1995), yaitu *fake*, *discount*, dan *luck*.

Validitas isi skala *self-esteem* melalui prosedur *expert judgement* dengan tiga *professional judgement*, yaitu Basti, S.Psi., M.Si, Dr. M. Ahkam A, S.Psi., M.Si, Muh. Nur Hidayat Nurdin, S.Psi., M.Si. Nilai Aiken's V untuk 25 aitem skala *self-esteem* yang dinilai oleh *expert judgment* bergerak dari 0,60 Sampai 0,90. Adapun validasi Aiken's V untuk skala fenomena *impostor* dari penelitian Latief (2021) bergerak dari 0,65 hingga 0,85 sehingga dinyatakan bahwa aitem-aitem skala *self-esteem* dan fenomena *impostor* valid untuk digunakan dalam penelitian.

Daya diskriminasi aitem pada skala *self-esteem* dilakukan dengan uji coba skala pada 100 responden dan diperoleh hasil, yaitu dari 25 aitem terdapat 6 aitem yang gugur karena korelasi aitem total di bawah 0,25. Sehingga, jumlah keseluruhan aitem penelitian yang digunakan pada skala *self-esteem* sebanyak 19 aitem dengan korelasi aitem total yang bergerak dari 0,296-0,702, sedangkan untuk skala fenomena *impostor* berjumlah 17 aitem dengan korelasi aitem total bergerak dari 0,261 hingga 0,502.

Reliabilitas skala dalam penelitian ini dilakukan setelah uji coba skala dan setelah daya diskriminasi aitem. Reliabilitas skala *self-esteem* dengan 19 aitem memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,886. Hasil uji reliabilitas skala fenomena *impostor* pada penelitian Latief (2021) dengan 17 aitem ditemukan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,822, sehingga dapat disimpulkan bahwa skala *self-esteem* dan skala fenomena *impostor* memiliki reliabilitas yang baik. Uji hipotesis dilakukan dengan teknik non parametrik yang menggunakan uji *Spearman rho* dan uji tambahan menggunakan *Mann-Whitney* melalui bantuan *SPSS 26.0 for Windows*.

HASIL

Tabel 1. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentasi
Laki-laki	43	24%
Perempuan	137	76%
Total	180	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa responden dalam penelitian ini sebanyak 180 mahasiswa yang terdiri atas 43 (24%) mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan 137 (76%) perempuan.

Tabel 2. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan IPK

Rentang IPK	Jumlah	Persentasi
3.91-4.00	8	4,4
3.81-3.90	25	13,9
3.71-3.80	21	11,7
3.61-3.70	28	15,5
3.51-3.60	23	12,8
3.41-3.50	26	14,4
3.31-3.40	5	2,8
3.21-3.30	16	8,9
3.11-3.20	12	6,7
3.00-3.10	16	8,9
Total	180	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari 180 responden, rentang IPK 3.61-3.70 berada pada presentase tertinggi, yaitu sebesar 28 (15,5%) dan rentang IPK 3.31-3.40 berada pada presentase terendah, yaitu sebesar 5 (2,8%).

Tabel 3. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Jumlah	Persentasi
FPSI	46	25,6%
FIS-H	18	10%
FEB	31	17,2%
FIP	10	5,6%
FBS	4	2,2%
FMIPA	24	13,3%
FT	21	11,7%
FSD	4	2,2%
FIKK	22	12,2%
Total	180	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari 180 responden, yang memiliki presentase tertinggi adalah dari Fakultas Psikologi (FPSI), yaitu sebesar 46 (25,6%) dan presentase terendah dari Fakultas Bahasa dan Sastra (FBS) dan Fakultas Seni dan Desain (FSD) yaitu sebesar 4 (2,2%).

Tabel 4. Kategorisasi Data Hipotetik *Self-esteem*

Variabel	Skor	Kategori	N	Persen
<i>Self-esteem</i>	$70 \leq X$	Tinggi	20	11,1%
	$44 \leq X < 70$	Sedang	123	68,3%
	$X < 44$	Rendah	37	20,6%
Fenomena <i>Impostor</i>	$62 \leq X$	Tinggi	5	2,8%
	$40 \leq X < 62$	Sedang	171	95%
	$X < 40$	Rendah	4	2,2%

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan hasil data hipotetik variabel *self-esteem*, yaitu 20 (11,1%) responden dengan kategori tinggi, 123 (68,3%) responden dengan kategori sedang dan 37 (20,6%) responden berada pada kategori rendah. Data hipotetik variabel fenomena *impostor*, yaitu 5 (2,8%) responden dengan kategori tinggi, 171 (95%) responden berada pada kategori sedang dan 4 (2,2%) responden berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki *self-esteem* dan fenomena *impostor* yang berada pada kategori sedang.

Tabel 5. Uji Hipotesis dengan *Spearman Rho*

Variabel	<i>r</i>	ρ	Keterangan
<i>Self-esteem</i> Fenomena <i>impostor</i>	-0,465	0,000	Signifikan

Hasil uji korelasi Spearman rho menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (*r*) antara *self-esteem* dan fenomena *impostor* yaitu, $r = -0,465$ dengan nilai signifikansi $\rho = 0,000$ (artinya $\rho < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Tanda negatif (-) pada nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,465$, menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-esteem* dan fenomena *impostor* pada mahasiswa UNM.

Tabel 6. Uji *Mann-Whitney*

Jenis Kelamin	Mean Rank	ρ	Keterangan
Laki-laki	79,62	0,116	Tidak Signifikan
Perempuan	93,92		

Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $\rho = 0,116$ ($\rho > 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada perbedaan fenomena *impostor* jika ditinjau dari jenis kelamin. Fenomena *impostor* dapat dialami oleh perempuan maupun laki-laki.

DISKUSI

Hasil analisis deskriptif data hipotetik *self-esteem* dari 180 responden, menunjukkan bahwa terdapat 20 (11,1%) responden dengan kategori tinggi, 123 (68,3%) responden berada pada kategori sedang dan 37 (20,6%) responden berada pada kategori rendah. Sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa pada berbagai fakultas di UNM memiliki tingkat *self-esteem* pada kategori sedang.

Mruk (2006) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* sedang (medium) memiliki karakteristik unik tersendiri. *Self-esteem* dengan tingkatan sedang adalah tingkatan yang cukup stabil atau seimbang karena paling sering terjadi sepanjang rentang kehidupan individu. Individu yang memiliki *self-esteem* pada tingkatan ini cenderung memiliki

mempunyai penilaian yang positif terhadap kemampuan dan kebermaknaan dirinya. Individu memandang bahwa dirinya lebih baik dari individu lain tetapi juga tidak sebaik individu dengan *self-esteem* yang tinggi.

Coopersmith (1967) menyatakan bahwa individu dengan *self-esteem* sedang memiliki karakteristik yang hampir sama dengan *self-esteem* tinggi, yaitu ekspresif dan sangat terbuka terhadap kritik dari individu lain. Perbedaan yang mendasarinya adalah individu dengan *self-esteem* sedang masih memiliki keraguan dalam menilai diri, sehingga biasanya mereka membutuhkan validasi dari lingkungan atau individu lain. Hasil studi Permatasari dan Savira (2018) juga menemukan responden penelitian berada pada tingkatan *self-esteem* sedang, yaitu sebesar 54,5%. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu pada kategori ini cukup menghargai dan menilai diri secara positif.

Hasil analisis deskriptif data hipotetik fenomena *impostor* dari 180 responden, menunjukkan bahwa terdapat 5 (2,8%) responden berada pada kategori tinggi, 171 (95%) responden berada pada kategori sedang dan 4 (2,2%) responden berada pada kategori rendah. Sehingga dapat diketahui bahwa mahasiswa pada berbagai fakultas di UNM memiliki kecenderungan fenomena *impostor* dengan kategori sedang.

Chrisman, Pieper, Clance, Holland, dan Glickauf-Hughes (1995) mengemukakan bahwa individu yang mendapatkan skor sedang hingga tinggi dalam skala fenomena *impostor* menunjukkan bahwa individu tersebut tidak menikmati hasil yang diperoleh dan tidak mampu menerima pujian dalam situasi sosial. Individu cenderung meragukan kemampuan yang dimiliki. Individu selalu merasa bahwa tugas atau pekerjaan yang telah diselesaikan bukan karena faktor kecerdasan dan kemampuan yang dimiliki, melainkan adanya faktor keberuntungan semata.

Penelitian Ati, Kurniawati dan Nurwanti (2015) menunjukkan bahwa mayoritas responden penelitian mengalami fenomena *impostor* yang berada pada kategori sedang hingga sangat tinggi, yaitu 122 (76,25%). Individu pada kategori ini cenderung merasa rendah diri dan mengalami kecemasan akademik. Individu dengan perasaan sebagai *impostor* merasa tidak layak untuk memperoleh suatu pencapaian karena takut mengalami kegagalan.

Mahasiswa berprestasi tinggi berisiko mengalami perasaan *impostor*. Fenomena *impostor* ini biasanya meningkat di lingkungan perguruan tinggi yang kompetitif secara akademis dan penuh tekanan (Cokley, dkk, 2015). Mahasiswa yang mengalami fenomena *impostor* yang tinggi terkadang terlihat berprestasi lebih baik di kampus dan memiliki nilai yang lebih tinggi.

Terlepas dari prestasi tinggi tersebut, para *impostor* cenderung memiliki *self-esteem* akademis dan global yang rendah (Thompson, Davis, & Davidson, 1998).

Hasil uji hipotesis dengan uji *Spearman rho* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,465$ dengan nilai signifikansi $\rho = 0,000$ (artinya $\rho < 0,05$), yang berarti bahwa hipotesis diterima. Koefisien korelasi dalam penelitian ini memiliki nilai negatif. Artinya, semakin tinggi *self-esteem* mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan untuk mengalami fenomena *impostor*. Sebaliknya, semakin rendah *self-esteem* maka semakin tinggi kecenderungan untuk mengalami fenomena *impostor*.

Hal ini sesuai dengan penelitian Rosenthal, dkk (2021) pada 257 mahasiswa kedokteran diketahui bahwa 87% mahasiswa melaporkan tingkat fenomena *impostor* yang tinggi dan sangat tinggi. Mahasiswa dengan skor fenomena *impostor* yang lebih tinggi memiliki skor rata-rata lebih rendah pada *self-compassion*, *self-esteem*, dan bergaul dengan teman sebaya. Studinya juga menemukan bahwa skor fenomena *impostor* pada akhir tahun ajaran meningkat secara signifikan dibandingkan dengan awal tahun.

Fenomena *impostor* melibatkan perasaan keraguan intelektual diri yang sering terjadi pada individu yang telah meraih pencapaian. Penelitian Schubert dan Bowker (2017) menekankan keterlibatan kritis masalah tingkatan *self-esteem* dan ketidakstabilan *self-esteem* dalam fenomena *impostor*. Hasil studi tersebut menemukan bahwa fenomena *impostor* berkorelasi negatif dengan tingkat *self-esteem* dan berkorelasi positif dengan ketidakstabilan *self-esteem*. Individu yang memiliki *self-esteem* rendah sangat rentan terhadap perasaan *impostor*. Namun, studinya juga menemukan bahwa individu dengan *self-esteem* yang tinggi tetapi tidak stabil lebih rentan terhadap perasaan seperti itu daripada individu dengan *self-esteem* tinggi yang stabil.

Langford dan Clance (1993) menemukan bahwa *self-esteem* dapat menjadi salah satu cara mengukur tekanan yang diberikan beberapa individu pada diri sendiri yang berpotensi mengarah pada perasaan seorang *impostor*. Misalnya, individu mencoba memenuhi standar yang dibuat oleh diri sendiri. Selama individu mencapai standar tersebut, maka *self-esteem* akan tinggi dan perasaan *impostor* rendah. Namun, jika individu tidak mencapai standar dan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya, *self-esteem* mereka akan turun sementara perasaan *impostor* melonjak.

Studi terkait fenomena *impostor* dan jenis kelamin telah banyak dilakukan karena dipandang sebagai prediktor penting. Namun, saat ini, bukti yang dihasilkan masih bertentangan atau

beragam. Beberapa penelitian menunjukkan perbedaan jenis kelamin dalam prevalensi dan intensitas perasaan *impostor* (Rosenthal, dkk, 2021; Cokley, dkk, 2018), sementara yang lain tidak menemukan hubungan seperti itu.

Pada penelitian ini, berdasarkan hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai 0,116 ($p > 0,05$) yang berarti bahwa tidak ada perbedaan fenomena *impostor* berdasarkan jenis kelamin. Artinya, baik laki-laki maupun perempuan sama-sama memiliki kecenderungan untuk mengalami fenomena *impostor*. Hal ini didukung oleh hasil penelitian terbaru Naser, Hasan, Zainaldeen, Zaidi, Mohamed, dan Fredericks (2022) bahwa tidak ada perbedaan jenis kelamin yang ditemukan pada fenomena *impostor*.

Hasil temuan yang bertentangan terkait jenis kelamin dan fenomena *impostor* bisa jadi disebabkan oleh konteks sampel. Hal ini mendukung anggapan bahwa baik perempuan maupun laki-laki cenderung akan mengalami perasaan seperti ini di beberapa titik dan keadaan. Hal ini mendukung pernyataan Gravois (2007) yang mengemukakan bahwa setidaknya 70% individu dari kedua jenis kelamin akan mengalami perasaan *impostor*.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah jumlah responden yang terbilang masih kurang dan penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala secara *online*, sehingga peneliti tidak mengetahui secara pasti kondisi responden penelitian. Peneliti juga tidak menganalisis faktor atau aspek yang paling berpengaruh besar terhadap *self-esteem* dan fenomena *impostor* pada mahasiswa. Selain itu, adanya perbedaan standar penilaian pada setiap jurusan dan fakultas di UNM, sehingga bisa saja interpretasi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) >3.00 juga berbeda.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan adalah terdapat hubungan antara *self-esteem* dan fenomena *impostor* pada mahasiswa UNM. Hubungan negatif dalam penelitian berarti, semakin tinggi skor fenomena *impostor*, maka *self-esteem* semakin rendah, begitupun sebaliknya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran penelitian bagi beberapa pihak. Bagi mahasiswa khususnya responden penelitian perlu untuk mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Hal ini dapat menumbuhkan sikap dan pandangan yang lebih positif pada diri sendiri terutama ketika menghadapi sesuatu yang menimbulkan ketidaknyamanan. Bagi Peneliti selanjutnya, sebaiknya mencari tahu faktor-faktor yang kemungkinan paling berperan dan mempunyai sumbangan paling besar terhadap munculnya gejala *impostor*. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mencoba penelitian longitudinal

dalam mengenali kondisi fenomena *impostor* lebih dalam, apakah fenomena ini akan menetap pada individu ataukah hanya bersifat sementara. Selain itu diharapkan pula agar dapat mencoba membandingkan antara jurusan/fakultas yang memang memiliki banyak mahasiswa dengan IPK > 3,00 dengan jurusan/fakultas yang jarang memiliki mahasiswa dengan IPK > 3,00.

REFERENSI

- Ati, E. S., Kurniawati, Y., & Nurwanti, R. (2015). Peran *impostor* syndrome dalam menjelaskan kecemasan akademis pada mahasiswa baru. *MEDIAPSI*, 1(1), 1-9. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2015.001.01.1>.
- Caselman, T. D., Self, P. A., & Self, A. L. (2006). Adolescent attributes contributing to the imposter phenomenon. *Journal of Adolescence*, 29(3), 395–405. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.07.003>.
- Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247. <https://doi.org/10.1037/h0086006>.
- Clance, P. R., & OToole, M. A. (1987). The Imposter Phenomenon. *Women & Therapy*, 6(3), 51–64. https://doi.org/10.1300/J015V06N03_05.
- Chrisman, S. M., Pieper, W. A., Clance, P. R., Holland, C. L., & Glickauf-Hughes, C. (1995). Validation of the Clance imposter phenomenon scale. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 456-467. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6503_6.
- Cohen, E. D., & McConnell, W. R. (2019). Fear of fraudulence: Graduate school program environments and the *impostor* phenomenon. *The Sociological Quarterly*, 60(3), 457-478. <https://doi.org/10.1080/00380253.2019.1580552>.
- Cokley, K., Awad, G., Smith, L., Jackson, S., Awosogba, O., Hurst, A., ... Roberts, D. (2015). The Roles of Gender Stigma Consciousness, *Impostor* Phenomenon and Academic Self-Concept in the Academic Outcomes of Women and Men. *Sex Roles*, 73(9-10), 414–426. <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0516-7>.
- Cokley, K., Stone, S., Krueger, N., Bailey, M., Garba, R., & Hurst, A. (2018). Self-esteem as a mediator of the link between perfectionism and the *impostor* phenomenon. *Personality and Individual Differences*, 135, 292-297. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.032>.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. USA: W.H. Freeman and Company.
- Egwurugwu, J. N., Ugwuezumba, P. C., Ohamaeme, M. C., Dike, E. I., Eberendu, I., Egwurugwu, E. N. A., Ohamaeme, R. C., & Egwurugwu, U. F. (2018). Relationship between self-esteem and *impostor* syndrome among undergraduate medical students in a Nigerian university. *Int J Brain Cogn Sci*, 7(1), 9-16. <https://doi.org/10.5923/j.ijbcs.20180701.02>.
- Gravois, J. (2007). *You're not fooling anyone*. The Chronicle of Higher Education. Diakses 18 Januari 2023, <https://www.chronicle.com/article/youre-not-fooling-anyone/>
- Harvey, J. (1981). *The impostor phenomenon and achievements: A failure to internalize success*. Temple University.
- Kamarzarrin, H., Khaledian, M., Shooshtari, M., Yousefi, E., & Ahrami, R. (2013). A study of the relationship between self-esteem and the imposter phenomenon in the physicians of Rasht city. *Eur J Exp Biol*, 3(2), 363–6.
- Kille, D.R., & Wood, J. V. (2012). Self-esteem. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (2nd edition). New York: Academic Press. Pp. 321-327.

- Langford, J., & Clance, P. R. (1993). The imposter phenomenon: Recent research findings regarding dynamics, personality and family patterns and their implications for treatment. *Psychotherapy: theory, research, practice, training*, 30(3), 495.
- Latief, T. (2021). *Hubungan self-compassion dan fenomena impostor pada mahasiswa*. (Skripsi). Makassar: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Mascarenhas, V. R., D'Souza, D., & Bicholkar, A. (2019). Prevalence of *impostor* phenomenon and its association with self-esteem among medical interns in Goa, India. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 6(1), 355-359. <http://dx.doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20185272>.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. New York: Springer Publishing Company.
- Naser, M. J., Hasan, N. E., Zainaldeen, M. H., Zaidi, A., Mohamed, Y. M. A. M. H., & Fredericks, S. (2022). *Impostor Phenomenon and Its Relationship to Self-Esteem Among Students at an International Medical College in the Middle East: A Cross Sectional Study*. *Frontiers in Medicine*, 9. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.850434>.
- Neureiter, M., & Traut-Mattausch, E. (2016). An inner barrier to career development: Preconditions of the *impostor* phenomenon on and consequences for career development. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00048>.
- Nurhikma, A., & Nuqul, F. L. (2020). Saat prestasi menipu diri: peran harga diri dan ketangguhan akademik terhadap *impostor* phenomenon. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(1), 145-154. ISSN 2541-2965.
- Patzak, A., Kollmayer, M., & Schober, B. (2017). Buffering *impostor* feelings with kindness: The mediating role of self-compassion between gender-role orientation and the *impostor* phenomenon. *Frontiers in psychology*, 8, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01289>.
- Permatasari, R. A., & Savira, S. I. (2018). Hubungan antara self-esteem dengan penyesuaian diri pada mahasiswa psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 5(2).
- Potard, C. (2017). Self-Esteem Inventory (Coopersmith). *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1-3. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_81-1.
- Rosenthal, S., Schlusell, Y., Yaden, M., DeSantis, J., Trayes, K., Pohl, C., & Hojat, M. (2021). Persistent *impostor* phenomenon is associated with distress in medical students. *Family Medicine*, 53(2), 118-122. <https://doi.org/10.22454/FamMed.2021.799997>.
- Ross, S. R., & Krukowski, R. A. (2003). The imposter phenomenon and maladaptive personality: Type and trait characteristics. *Personality and Individual Differences*, 34(3), 477-484. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00067-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00067-3).
- Schubert, N., & Bowker, A. (2017). Examining the *impostor* phenomenon in relation to self-esteem level and self-esteem instability. *Current Psychology*, 38(3), 749-755. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9650-4>.
- Sonnack, C., & Towell, T. (2001). The *impostor* phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 863-874. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00184-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00184-7).
- Thompson, T., Davis, H., & Davidson, J. (1998). Attributional and affective responses of *impostors* to academic success and failure outcomes. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 381-396. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00065-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00065-8).
- Topping, M. (1983). *The impostor phenomenon: A study of its construct and incidence in university faculty members*. (Dissertation). University of South Florida.

- Widyastuti. (2002). *Peran status perkawinan poligami dan monogamy orangtua terhadap harga diri, coping, dan depresi*. (Tesis tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Wulandari, A. D., & Tjundjing, S. (2007). *Impostor phenomenon, self-esteem, dan self-efficacy*. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 23(1), 63-73. ISSN 0215-0158.
- Young, V. (2004). *How to feel as bright and capable as everyone seems to think you are: What every woman (and man) needs to know about competence, the impostor syndrome, and the art of winging it*. Diakses 8 September 2022, http://paesmem.stanford.edu/html/proceedings_8.html.