

PENDAHULUAN

Mayoritas mahasiswa dan pelajar yang memiliki impian untuk mencapai prestasi di bidang akademik, dalam prosesnya sering dari mereka yang harus bekerja keras demi menggapai impiannya. Ada berbagai macam bentuk prestasi di bidang akademik, seperti mendapatkan indeks prestasi yang tinggi, menguasai mata kuliah tertentu, memenangkan kompetisi yang sesuai dengan bidang akademik yang diambil, dan aspek lainnya.

Prestasi merupakan hasil atas usaha yang telah dilakukan oleh seseorang. Prestasi dapat dicapai dengan mengandalkan kemampuan intelektual, spiritual, emosional, serta ketahanan diri dalam menghadapi situasi dalam segala aspek kehidupan. Prestasi merupakan hasil nyata dari puncak pengembangan potensi diri seseorang. Selain itu prestasi adalah pengalaman yang dijalani seseorang yang dapat menjadi perjalanan yang berharga di masa yang akan datang (Nagari et al., 2021)

Prestasi akademik juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi kematangan karier. Prestasi akademik menjadi titik kritis atau tanggung jawab bagi mahasiswa untuk penunjang karier di masa dewasa (Fitri & Saraswati, 2021). Hal ini menjadi tanggung jawab besar bagi mahasiswa karena dipaksa untuk memegang berbagai peran sekaligus. Di masa remaja, prestasi menjadi persoalan yang cukup serius karena tidak sedikit dari remaja yang memandang keberhasilan dan kegagalan di masa depan melalui prestasinya (Santrock, 2007). Prestasi bukanlah hanya sebuah impian saja, tetapi merupakan suatu pencapaian yang penting kaitannya dengan karir dan masa depan mahasiswa.

Selain prestasi, ada istilah kompeten dan kompetensi yang sering digunakan dalam lingkungan akademik. Kompeten dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan secara efektif dan efisien dengan memanfaatkan sumber daya yang tersedia. Sementara itu, kompetensi adalah kumpulan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu dalam suatu pekerjaan atau profesi (Nagari et al, 2021).

Kompeten dan kompetensi sangat penting dalam lingkungan akademik karena setiap individu diharapkan memiliki kemampuan dan kualifikasi yang cukup untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang diberikan. Oleh karena itu, para pelajar dan mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan kompetensi yang diperlukan melalui pembelajaran, pelatihan, dan pengalaman praktis. Dengan memiliki kompetensi yang cukup, seseorang diharapkan dapat menjadi individu yang sukses dalam karir akademik dan profesionalnya.

Sepintas prestasi akademik seharusnya menjadi kebanggaan bagi mahasiswa, tetapi hal itu tidak berlaku bagi semua orang. Pada beberapa kasus, prestasi memberikan tekanan tersendiri. Mencapai prestasi akademik yang baik menyebabkan orang lain menaruh kepercayaan bahwa mahasiswa mempunyai suatu kemampuan dan keterampilan dibidangnya dimana berpotensi menjadi tekanan untuk mahasiswa dalam memenuhi harapan orang lain terhadap dirinya. Bukan itu saja, prestasi akademik yang mustinya memberikan dampak positif pada kenyataannya tak berlaku bagi sebagian mahasiswa. Bahkan beberapa dari mahasiswa ada yang merasa tidak bangga dengan prestasi yang telah digapai, mahasiswa merasa bahwa prestasi yang dicapai bukan berasal dari kemampuan dalam dirinya sendiri melainkan dipengaruhi oleh faktor eksternal (Nurhikma & Nuqul, 2020).

Diliput dari CNBC bahwa Keyli Motino, seorang mahasiswa generasi pertama yang lahir di Honduras, mulai meragukan efikasi diri akademisnya saat dia mulai sadar bahwa dia adalah satu-satunya wanita di kelas ilmu komputer musim semi ini. “Saya mendapati diri saya seperti, ‘Apakah saya benar-benar pantas berada di sini?’ Kepercayaan diri saya turun begitu saja,” kata Motino, yang baru saja menyelesaikan tahun pertamanya di Franklin and Marshall College (Davis, 2021). Dilansir dari The New York Times diketahui bahwa Tian seorang mahasiswa dari salah satu universitas di California juga pernah merasakan fenomena yang sama “Saya terus-menerus mengalami *'Impostor Syndrome'*. Setiap kali saya dipuji untuk apa pun secara akademis atau disebut "pintar", saya merasa seolah-olah saya tidak pantas mendapatkannya. Mereka tidak ada di sana ketika

saya membuat 20 kesalahan itu. Mereka tidak ada di sana ketika saya mendapat nilai rendah pada suatu tugas. Yang mereka tahu hanyalah puncak tertinggi yang saya ingin mereka lihat. Saya mencoba untuk mengingatkan diri sendiri bahwa "Saya luar biasa" dan perjuangan itu wajar, namun ada bagian dari dalam diri saya yang tak peduli apa yang terasa seperti saya tidak pantas mendapatkan apa pun..." Kata Tian (The Learning Network, 2021).

Fenomena seorang mahasiswa menganggap prestasi yang dicapai tidak berasal dari kemampuan dirinya, tetapi karena faktor eksternal dinamakan *impostor syndrome*. Fenomena ini terjadi ketika muncul perasaan yang kuat bahwa prestasi yang dicapai tidak layak didapatkan oleh diri sendiri, kegagalan dalam menginternalisasi pencapaian dan memiliki keraguan diri yang terus-menerus (Bravata et al., 2020). Fenomena unik ini ternyata juga dirasakan oleh Michelle Obama, seorang pengacara, penulis, dan istri dari Presiden ke-44, Barack Obama. Dia adalah Ibu Negara Afrika-Amerika pertama di Amerika Serikat. Melalui empat inisiatif utamanya, ia menjadi panutan bagi perempuan dan advokat untuk keluarga sehat, anggota layanan dan keluarganya, pendidikan tinggi, dan pendidikan remaja putri internasional. Dia mengaku dilanda rasa tidak percaya diri bahwa dirinya didengar orang. Kondisi seperti ini masih dirasakan oleh Michelle Obama walaupun dia pernah berada di Gedung Putih selama delapan tahun sebagai ibu negara Amerika Serikat (Wiyanti, 2018).

Impostor syndrome adalah fenomena yang terjadi pada seseorang dengan prestasi atau pencapaiannya yang diduplikatnya merasa telah menipu orang lain mengenai kemampuan atau kecerdasannya (Clance & Imes, 1978). *Impostor syndrome* mengacu pada individu yang berhasil sesuai dengan standar eksternal tetapi memiliki ilusi adanya ketidakmampuan pribadi (Clance & Imes, 1978). Seseorang dengan fenomena ini akan merasa ragu yang berkelanjutan mengenai kemampuannya terhadap prestasi yang dicapai (Bravata et al., 2020). Selain itu, orang dengan *impostor syndrome* tak pernah siap untuk menghadapi tantangan selanjutnya dan merasa harus menjadi luar biasa pada setiap tantangan baru yang dihadapinya (Patzak et al., 2017). Seseorang dengan fenomena ini menghubungkan

kesuksesannya di suatu bidang dengan keberuntungan dan keterampilan interpersonal daripada kecerdasan dan kemampuan yang dimilikinya.

Survey yang dilakukan oleh Rosenstein, Raghu, & Porter (2020) dengan responden mahasiswa sarjana dan pascasarjana ditemukan bahwa lebih dari setengah dari responden sering mengalami *Impostor syndrome*. Temuan lainnya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa perempuan lebih sering mengalami *Impostor syndrome* daripada siswa laki-laki. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami *impostor syndrome* daripada laki-laki. Menurut penelitian Clance dan O'Toole (1987), perempuan cenderung lebih banyak mengalami *impostor syndrome* karena mereka lebih sering terpapar pada stereotip sosial yang membatasi peran dan kemampuan mereka. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Bravata, Watts, Keefer, dan Madhusudan (2014) menemukan bahwa perempuan yang memiliki karier yang sukses di bidang medis lebih cenderung mengalami *impostor syndrome* dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian dari Schubert & Bowker (2019) menekankan keterlibatan kritis masalah harga diri dalam fenomena impostor, menunjukkan bahwa orang yang memiliki harga diri rendah sangat rentan untuk memalsukan perasaan, dan orang yang memiliki harga diri tinggi yang tidak stabil lebih rentan terhadap perasaan seperti itu daripada orang dengan harga diri tinggi yang stabil.

Berdasarkan penelitian dari Kolligian dan Sternberg (1991) salah satu konseptualisasi dari *impostor syndrome* adalah disebut sebagai "*perceived fraudulence*" kecurangan/penipuan yang dirasakan. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi fenomena *impostor* pada seseorang. Faktor pertama melibatkan item yang paling eksplisit terkait dengan pikiran, perasaan, dan tindakan curang; faktor ini termasuk persepsi ketidakaslian, bersama dengan berbagai kecenderungan penipu yang paling langsung menangkap karakteristik fenomenologis penipuan yang dirasakan. Faktor kedua melibatkan item yang terutama berhubungan dengan kecenderungan kritis diri dan perfeksionis dalam situasi yang berorientasi pada pencapaian; item ini berhubungan dengan

kecenderungan umum menuju evaluasi diri negatif, dengan penetapan standar yang sangat tinggi untuk kinerja seseorang, dan dengan eksternalisasi peristiwa positif.

Berdasarkan analisis faktor yang dilakukan oleh Chrisman, dkk (1995) diperoleh hasil bahwa terdapat tiga aspek yang digunakan untuk mengukur tingkat *impostor syndrome*, yaitu a) *Fake*, merupakan aspek yang menunjukkan keraguan individu terhadap dirinya sendiri. Aspek ini juga merujuk pada kekhawatiran individu terhadap kecerdasan dan kemampuan yang sebenarnya diketahui oleh orang lain. Dalam analisis faktor Chrisman, dkk menyumbang setidaknya 45.2 % dalam varian skala *impostor syndrome*. b) *Luck*, merupakan aspek yang merujuk pada kesalahan atribusi keberhasilan. Seorang impostor menganggap bahwa keberhasilan yang diperoleh merupakan sebuah keberuntungan atau kesalahan administrasi, bukan karena kemampuannya sendiri. Aspek ini menyumbang 6.6 % pada skala *impostor syndrome* (Chrisman et al., 1995). c) *Discount*, merupakan aspek ketiga dari *impostor syndrome*. Dalam aspek ini seorang *impostor* cenderung mengecilkan arti keberhasilan yang diraih dan menolak pujian dari orang lain atas keberhasilan yang disebabkan oleh kemampuan yang dimilikinya. Aspek ini menyumbang 6.1 % varian dari skala *impostor syndrome* (Chrisman et al., 1995).

Menurut Lane (2015) ada dua faktor yang mempengaruhi terjadinya *impostor syndrome* yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri, seperti motivasi yang tinggi, perfeksionisme dan ketidakmampuan untuk memvalidasi diri. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar diri seperti pengalaman perbandingan dan evaluasi. Bagaimanapun dengan memperoleh pengalaman akan berkontribusi pada berkurangnya perasaan *impostor*. Selain itu, periode evaluatif juga turut berkontribusi terhadap *impostor syndrome*. Berdasarkan penelitian banyak kecemasan yang disebabkan oleh *impostor syndrome* yang berhubungan dengan adanya kemungkinan dievaluasi secara negatif. Kecemasan ini mungkin berhubungan dengan ketidakmampuan yang disebutkan di atas untuk memvalidasi diri. Faktor eksternal yang berkontribusi pada *impostor syndrome* termasuk contoh di mana para peserta membandingkan diri sendiri dengan orang lain atau menerima umpan balik evaluatif; di sisi lain mendapatkan

pengalaman juga merupakan faktor eksternal yang dirasakan peserta dalam mengurangi *impostor syndrome*.

Individu yang mengalami *impostor syndrome* memiliki beberapa karakteristik. Ada enam karakteristik seseorang dengan fenomena impostor menurut Clance (1985) yaitu

- a. Siklus *Impostor*, pengulangan pola pikir dan perilaku yang terjadi ketika seseorang mengalami keberhasilan atau kegagalan. Orang yang mengalami siklus impostor cenderung merasa tidak layak dan meragukan diri sendiri meskipun mereka telah mencapai prestasi yang signifikan. Pola pikir ini bisa berulang berkali-kali dan dapat menghambat seseorang dalam mencapai potensi penuhnya.
- b. Kebutuhan untuk menjadi istimewa atau menjadi yang terbaik. Seringkali seseorang mendapat peringkat atas pada kelas tingkat bawah, ketika ditempatkan di lingkungan yang lebih besar seperti sekolah kedokteran, individu dengan sindrom *impostor* menyadari bahwa bakat diri sendiri mungkin tidak luar biasa. Membandingkan dengan orang lain yang memiliki kemampuan yang sama atau lebih tinggi mengarahkan individu dengan sindrom penipu untuk menyimpulkan bahwa dirinya tidak memadai atau kurang karena tidak lagi dilihat sebagai yang terbaik.
- c. Aspek Superman/Superwoman, Orang yang mengalami fenomena impostor sering merasa harus melakukan segalanya dengan sempurna dan takut mengungkapkan kelemahannya. Hal ini bisa membuat dirinya merasa terlalu banyak beban dan sulit untuk meminta bantuan.
- d. Takut gagal, selama proses mengerjakan tugas yang berhubungan dengan prestasi mengarah kepada tingkat kecemasan. Kesalahan dan kegagalan untuk tampil pada standar yang tinggi, menyebabkan rasa malu dan penghinaan. Untuk menghindari kegagalan, individu cenderung mengkompensasi dengan bekerja terlalu keras.
- e. Penolakan kompetensi dan mengabaikan pujian. Pujian tidak mudah diterima dan tidak diinternalisasi sebagai valid oleh individu dengan

sindrom impostor. Mereka cenderung mengabaikan umpan balik positif dan bukti objektif keberhasilan, sebagai gantinya berfokus pada alasan mengapa mereka tidak pantas mendapatkan pujian atau pujian. Ini bukan tampilan palsu kesopanan, tetapi keyakinan yang tulus bahwa pujian tidak layak.

- f. Ketakutan dan rasa bersalah, tentang kesuksesan Individu dengan sindrom penipu mungkin merasakan konsekuensi negatif yang berkaitan dengan kesuksesan. Khususnya, jika pencapaian mereka tidak biasa untuk keluarga atau kelompok sebaya mereka, rasa pemutusan hubungan dan rasa bersalah karena berbeda dapat menyebabkan ketakutan akan penolakan oleh orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, diketahui bahwa individu *impostor* mengalami keraguan akan kemampuan diri sendiri dan meyakini bahwa kesuksesan yang dicapai disebabkan oleh faktor eksternal. Idealnya, mahasiswa yang memiliki pencapaian akademik yang bagus akan mempunyai keyakinan diri yang kuat, tetapi tidak berlaku bagi individu yang mengalami fenomena *impostor* dimana memiliki keraguan terhadap diri sendiri ketika mencapai suatu keberhasilan.

Kampus merdeka merupakan kebijakan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, yang bertujuan mendorong mahasiswa untuk menguasai berbagai keilmuan yang berguna untuk memasuki dunia kerja. kampus merdeka memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk memilih mata kuliah yang akan diambil. Kebijakan Merdeka Belajar - kampus merdeka ini sesuai dengan Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi, pada Pasal 18 disebutkan bahwa pemenuhan masa dan beban belajar bagi mahasiswa program sarjana atau sarjana terapan dapat dilaksanakan: 1) mengikuti seluruh proses pembelajaran dalam program studi pada perguruan tinggi sesuai masa dan beban belajar; dan 2) mengikuti proses pembelajaran di dalam program studi untuk memenuhi sebagian masa dan beban belajar dan sisanya mengikuti proses pembelajaran di luar program studi (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, n.d.).

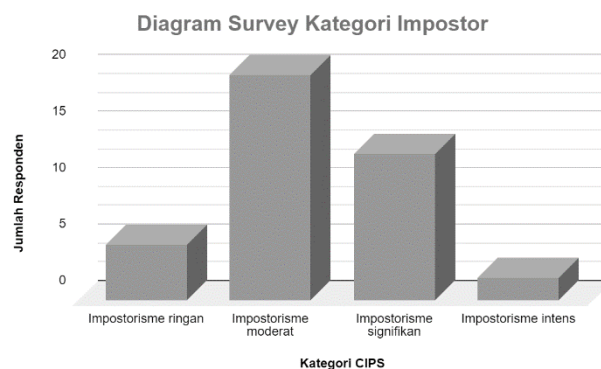
Program kampus merdeka diantaranya adalah Pertukaran Mahasiswa Merdeka, Magang Bersertifikat, Indonesian International Student Mobility, Studi

Independent Bersertifikat, kampus Mengajar, Kredensial Mikro Mahasiswa Indonesia, dan lainnya. Untuk lolos menjadi peserta kampus merdeka sendiri perlu melalui beberapa tahap seleksi seperti tes kebinekaan pada program kampus Mengajar dan seleksi berkas hingga interviu pada program Magang Merdeka. Sehingga perlu persiapan yang matang sebelum mengikuit program tersebut.

Program kampus merdeka sendiri mempertemukan mahasiswa antar jurusan dan antar universitas di bawah naungan kemendikbud di seluruh Indonesia. Berbagai mahasiswa dari berbagai daerah dan latar belakang dipertemukan dalam satu program yang mengharuskan bekerja sama satu sama lain. Mahasiswa pilihan ini telah dipilih dan diseleksi sesuai dengan prosedur mitra masing-masing.

Berdasarkan hasil survey awal terhadap 40 orang mahasiswa peserta kampus merdeka Universitas Muhammadiyah Surakarta ditemukan bahwa 5% masuk dalam kategori impostorism intens, 32,5% masuk dalam kategori impostorism signifikan, 50% tergolong impostorism moderat, dan 12,5% tergolong impostorism ringan.

Gambar 1. Diagram Hasil Survey Awal



Program kampus merdeka sendiri mempertemukan mahasiswa antar jurusan dan antar universitas di bawah naungan kemendikbud di seluruh Indonesia. Berbagai mahasiswa dari berbagai daerah dan latar belakang dipertemukan dalam satu program yang mengharuskan bekerja sama satu sama lain. Mahasiswa pilihan ini telah dipilih dan diseleksi sesuai dengan prosedur mitra masing-masing. Namun yang seharusnya mahasiswa pilihan ini merasa bangga karena telah terpilih menjadi salah satu dari ratusan ribu orang yang mendaftar, beberapa mahasiswa malah merasa minder dan tidak pantas karena bertemu dengan ratusan mahasiswa pilihan

lainnya. Fenomena ini terungkap dalam studi pendahuluan dengan wawancara berikut:

“Di program tersebut itu kan kita dari seluruh Indonesia, dari seluruh univ negeri maupun Univ swasta. Nah sekarang kan kita mikirnya semua pasti pernah atau pengen masuk univ negeri gitu kan. Nah begitu di program ini kan dijadiin satu digabung univ swasta dan univ negeri jadikan kita melihatnya univ negeri itu ternyata lebih pintar atau lebih ya lebih lebih lah dari saya. Jadi terkadang ada rasa minder atau insecure kalau bahasa sekarang gitu ya Mbak. Jadinya ‘Oh dia dari Univ Univ yang lain lebih bagus’ gitu jadi di saya agak minder gitu lho Mbak kita jadi ngerasa kayak kurang pantas gitu mbak berada di di program itu gitu dibandingkan yang lain” (NOA/211-225)

“.... ketika melakukan kegiatan pembelajarannya itu saya bertemu dengan mahasiswa mahasiswa dari universitas yang berada di seluruh Indonesia saya bertemu dengan mahasiswa mahasiswa dari program studi yang bermacam-macam seperti itu, saya ya menjadi merasa minder melihat kemampuan mereka merasa bahwa kemampuan mereka itu jauh di atas saya seperti itu.” (FIP/248-256)

Berdasarkan wawancara tersebut, informan merasa minder dan kurang pantas menjadi salah satu peserta yang lolos seleksi kampus merdeka. Meskipun informan sudah melalui beberapa tahapan seleksi sebelum lolos menjadi peserta program kampus merdeka, informan merasa bahwa kemampuannya masih di jauh bawah dibandingkan peserta dari kampus lain.

Penelitian mengenai *impostor syndrome* sebagian besar bersifat kuantitatif (Aubeeluck et al., 2016; Cokley et al., 2017; Fraenza, 2016; Pervez et al., 2021) studi kualitatif lebih sedikit dan berfokus pada pengalaman yang berkaitan dengan ras (Burt et al., 2017; Craddock et al., 2011) dan gender (Cope-Watson & Betts, 2010) Studi kualitatif di Indonesia dengan tema ini juga belum banyak ditemukan. Meskipun penelitian sebelumnya telah secara ekstensif meneliti fenomena ini di antara populasi lain, sebagian besar belum dieksplorasi di kalangan mahasiswa peserta kampus merdeka. Sehingga peneliti ingin mengeksplorasi lebih dalam lagi mengenai tema ini pada populasi yang berbeda.

Mahasiswa yang lolos sebagai peserta program kampus merdeka berpotensi mengembangkan minat, skill, dan keterampilan bahkan sebelum lulus sarjana.

Namun mahasiswa tidak selalu dapat melihat dirinya sebagai orang yang kompeten dan berprestasi dalam kelolosannya mengikuti program kampus merdeka. Hal ini dapat memengaruhi persepsi diri dan kemampuan seseorang untuk berlatih secara efisien serta adanya peningkatan kesadaran diri tentang perasaan negatif. Maka penting dilakukan penelitian ini sebagai sarana pengetahuan bagi mahasiswa untuk menginternalisasi kesuksesan mereka dan mencapai potensi penuh untuk menghasilkan kinerja yang lebih baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih jauh lagi mengenai bagaimana gambaran *impostor syndrome* pada mahasiswa UMS peserta program kampus merdeka. Secara lebih khusus, studi penelitian ini menjawab pertanyaan berikut melalui pemeriksaan metode kualitatif: 1) Bagaimana gambaran perilaku *impostor syndrome* yang dialami mahasiswa selama mengikuti program kampus merdeka? 2) Apa faktor yang berkontribusi terhadap tumbuhnya *impostor syndrome* di kalangan mahasiswa peserta kampus merdeka? 3) Bagaimana *coping strategy* yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi *impostor syndrome*? Manfaat praktis bagi mahasiswa yakni penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa tentang fenomena *impostor* yang terjadi pada mahasiswa, manfaat praktis bagi perguruan tinggi yaitu pembaharuan penelitian serupa yang telah dilakukan sebelumnya. Sedangkan untuk manfaat teoritisnya yaitu menambah ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi, memperbaharui penelitian sebelumnya serta diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan atau referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

METODE

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih dalam mengenai permasalahan sosial dan manusia melalui interpretasi bagaimana informan memaknai lingkungan sekitarnya dan bagaimana hal tersebut berpengaruh terhadap perilaku (Creswell, 2009). Pendekatan fenomenologi berupaya untuk menjelaskan makna pengalaman hidup