

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Clance dan Imes (1978) mengemukakan suatu istilah fenomena dari perempuan yang mengalami kegagalan dalam menginternalisasikan kesuksesannya. Penelitiannya dilakukan kepada perempuan yang merupakan seorang yang profesional dan merupakan mahasiswa yang diakui karena mereka adalah seseorang dengan keunggulan akademik. Meskipun mereka memperoleh gelar, penghargaan skolastik, prestasi tinggi, pujian dan pengakuan profesional dari kolega dan pihak berwenang yang dihormati, para perempuan ini tidak merasakan kesuksesan secara internal (Clance & Imes, 1978). Mereka menganggap diri mereka sebagai seorang *impostor*. Banyak mahasiswa perempuan yang menyatakan bahwa nilai ujian tinggi yang mereka dapatkan disebabkan oleh keberuntungan, kesalahan penilaian, atau kesalahan para profesor. Perempuan ini merasa bahwa mereka telah dinilai secara berlebihan. Fenomena ini disebut sebagai *impostor phenomenon* (Clance & Imes, 1978).

Meski penelitian awal oleh Clance dan Imes (1978) hanya berfokus pada perempuan, namun tidak hanya pada perempuan, laki-laki juga dapat mengalami fenomena ini. Penelitian yang dilakukan oleh Harvey *et al.* (dalam Langford, 1993) mengungkapkan bahwa *impostor phenomenon* dapat terjadi baik pada laki-laki maupun perempuan. Selanjutnya terdapat penelitian oleh Topping dan Kimmel (1985) mengemukakan bahwa terdapat peluang yang sama baik pada perempuan dan laki-laki untuk mengalami *impostor phenomenon* ini. Meskipun terdapat pernyataan tersebut, pada penelitian King dan Cooley (1995) menyatakan bahwa perasaan *impostor* akan lebih intens pada kalangan perempuan. Sehingga fenomena ini dapat terjadi baik oleh perempuan tetapi juga pada laki-laki.

Impostor phenomenon dapat terjadi pada beraneka ragam bidang pekerjaan seperti, dokter, perawat, polisi, pengacara, artis, teknisi, guru, murid, mahasiswa, hingga terapis. Menurut Clance & O'Toole (1987), pelajar atau mahasiswa menjadi salah satu kelompok yang diidentifikasi memiliki risiko tinggi untuk mengalami *impostor phenomenon* (dalam Young, 2004). Mahasiswa merupakan individu dengan rentang umur 18 hingga 25 tahun dan sedang melanjutkan studinya ke jenjang perguruan tinggi (Yusuf, 2012). Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang menuntut ilmu pada tingkatan perguruan tinggi baik negeri maupun swasta dengan kecerdasan dalam berpikir dan bertindak.

Clance dan Imes (1978) menjelaskan bahwa *impostor phenomenon* ditandai dengan perasaan kepalsuan intelektual dan juga profesional yang kuat pada individu yang memiliki pencapaian tinggi. Sejalan dengan pernyataan tersebut King & Cooley (1995) menyebutkan bahwa Individu yang mengalami *impostor phenomenon* adalah mereka yang berprestasi tinggi dengan bukti-bukti yang mendukung keberhasilan mereka, namun mereka merasa tidak pantas merasakan tersebut. Secara spesifik, perguruan tinggi menyediakan data Indeks prestasi kumulatif sebagai bukti pencapaian akademik seorang mahasiswa. Hodsay (2016) berpendapat bahwa mahasiswa dengan pencapaian akademik yang tinggi adalah mahasiswa yang mempunyai indeks prestasi kumulatif lebih besar dari 3.50 dan memenuhi etika akademik. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Febriyanti dan Husnul (2020) mengungkapkan bahwa indeks prestasi kumulatif merupakan salah satu indikator keberhasilan mahasiswa selama masa perkuliahannya. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian oleh Wijayanti, Agustin, dan Rahmawati (2016) yang menyebutkan bahwa mahasiswa yang memiliki nilai Indeks prestasi kumulatif yang Tinggi lebih mampu memahami konsep dalam suatu mata kuliah lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa dengan Indeks prestasi kumulatif yang rendah.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Nurhikma dan Nuqul (2020) pada 100 mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif rata-rata diatas 3.50 di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, bahwa sebanyak 50 mahasiswa berada pada kategori *impostor* tinggi, kemudian terdapat 6 mahasiswa dengan kategori sangat

tinggi, dan 42 lainnya pada tingkat sedang. Penelitian yang dilakukan Wulandari dan Tundjing (2007) pada 124 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya dengan Indeks prestasi kumulatif diatas 2.75, mengungkapkan bahwa sebanyak 27.4% pada kategori *impostor* tinggi, 2.4% pada kategori sangat tinggi, 51.6% cukup, 17.7% pada kategori rendah, dan 0.8% pada kategori sangat rendah. Berdasarkan data-data tersebut peneliti melihat adanya *impostor phenomenon* yang terjadi pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi. Pernyataan tersebut didukung oleh pernyataan Clance dan O'toole (1985) yang menyatakan bahwa fenomena ini terjadi pada individu yang memiliki pencapaian tinggi. Dimana menurut Hodsay (2016) indeks prestasi kumulatif yang tinggi merupakan bukti pencapaian mahasiswa yang tinggi.

Impostor phenomenon memberikan berbagai macam dampak seperti perilaku maladaptif dan juga distress (Harvey & Katz, 1985; dalam Sakulku & Alexander, 2011). Dampak lebih spesifik dijelaskan oleh Clance dan O'toole (1985) bahwa individu dengan *impostor phenomenon* memiliki *self-doubt* yang tinggi dan *self-esteem* yang rendah sehingga seorang *impostor* cenderung menolak peluang-peluang dimasa depan, tidak mencoba untuk meraih mimpi mereka, dan juga melemahkan kemampuan mereka untuk berfungsi pada titik tertingginya. Clance dan Imes (1978) mengemukakan dalam kasus klinis mereka bahwa terdapat kasus *self-defeating* pada klien dengan *impostor phenomenon*.

Mahasiswa dari segi perkembangannya adalah usia 18 hingga 25 tahun berada pada rentangan tahap perkembangan transisi dari remaja hingga dewasa atau disebut sebagai *emerging adulthood*. Menurut Santrock (2012) pada tahap perkembangan *emerging adulthood*, individu memulai untuk meniti karirnya serta menemukan jalan dan tujuan hidup. Mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi berpotensi mendapatkan pekerjaan yang baik. Dikutip dari Kompas.com, menurut Lumantorian (2020) seorang praktisi pengembangan SDM, indeks prestasi kumulatif digunakan sebagai filter awal dalam perekrutan perusahaan, yang kemudian dilanjutkan ke proses wawancara dan *assessment*. Sehingga Indeks prestasi kumulatif sangat dipertimbangkan dalam perekrutan karyawan baru dalam perusahaan atau instansi. Ketika mahasiswa dengan indeks

prestasi kumulatif yang Tinggi mengalami *impostor phenomenon* mereka merasakan kepercayaan diri yang rendah (Nurhikmah & Nukul, 2020). Mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi dapat menolak peluang karir dimasa depan. Hal tersebut karena individu dengan *impostor phenomenon* memiliki persepsi negatif akan dirinya sehingga ketika diberikan peluang dimasa depan mereka cenderung akan menolaknya karena kepercayaan diri yang rendah (Langford, 1990).

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi. Umumnya mahasiswa seringkali mengalami tekanan secara akademik dan psikologis. Adapun akibat dari tekanan akademik seperti ujian dan tugas, terproduksi rasa khawatir dan tidak nyaman bagi para pelajar dalam situasi akademik, hal tersebut merupakan kecemasan akademik (Gotz *et al.*, 2008). Ketika mahasiswa mengalami rasa cemas, mereka akan mudah kehilangan konsentrasi, kurang percaya diri, memiliki daya nalar yang buruk, dan memori jangka pendek (Vitasari, dkk, 2010). Sejalan dengan pernyataan tersebut, menurut Clance dan Imes (1978) individu dengan kepercayaan diri yang rendah dan kekhawatiran yang besar rentan untuk mengalami fenomena menipu secara intelektual ini. Perasaan cemas atau kecemasan ada pada setiap individu, karena kecemasan adalah bagian dari kondisi dalam kehidupan (Nelson & Jones, 1995). Penelitian McGregor, Gee, & Posey (2008) telah mengidentifikasi pemicu internal yang spesifik terhadap *impostor phenomenon* dari faktor psikologis, diantaranya adalah kecemasan.

Kecemasan merupakan keadaan tegang yang memaksa individu untuk melakukan sesuatu (Sigmund Freud; dalam Corey, 1996). Zulkarnain dan Novliadi (2009) berpendapat bahwa kecemasan yang terjadi pada individu disebabkan oleh rangsangan yang membangkitkan rasa cemas itu sendiri. Bentuk rangsangan yang seringkali didapatkan oleh mahasiswa berada dalam lingkup akademik seperti tugas, ujian, presentasi, praktikum, dan lain sebagainya. Bandura menyampaikan kecemasan akademik sebagai kecemasan yang dipicu oleh ketidakyakinan akan kemampuan diri untuk mengatasi tugas-tugas akademik (dalam Prawitasari, 2012). Sejalan dengan beberapa pernyataan diatas, pendapat tersebut sejalan dengan penelitian Maddox (dalam Permata & Widiyasavitri, 2019) bahwa semua hal yang

berkaitan dengan situasi pendidikan dalam perguruan tinggi dapat menimbulkan kecemasan akademik.

Menurut Ottens (1991) kecemasan akademik merupakan masalah besar, hal ini akan berdampak pada sejumlah besar siswa. Kekhawatiran yang berlebihan akan berdampak negatif pada mahasiswa, ketika siswa mengalami tekanan psikologis, terjadi penurunan kemampuan memperhatikan dan fokus, sehingga berdampak pada hasil akademik yang buruk. Sehingga kecemasan akademik yang dialami mahasiswa akibat tekanan – tekanan akademik seperti tugas yang diberikan, dapat memberikan pengaruh secara tidak langsung terhadap perasaan *impostor* pada mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari tahapan siklus impostor yang dikemukakan oleh Clance dan Imes (1978). Dalam siklus *impostor*, bahwa setelah tugas terkait pencapaian diberikan, para mahasiswa ini diganggu oleh mimpi buruk, kekhawatiran, keraguan diri, dan rasa cemas, kemudian mahasiswa akan melakukan prokrastinasi akibat dari persiapan secara berlebihan dan mengumpulkan tugas mendekati tenggat waktu pengumpulan. Ketika seorang *impostor* mendapatkan nilai bagus dan mendapatkan pujian dari pola seperti ini maka muncul keraguan akan kompetensinya sehingga siklus *impostor* akan berputar (Clance & Imes, 1978).

Penelitian oleh Hutchins dan Rainbolt (2017) mengungkapkan bahwa tuntutan tugas yang bersaing dan peningkatan tingkat pengawasan dan umpan balik negatif dari berbagai audiens dikaitkan dengan pengalaman *impostor* para mahasiswa. Selanjutnya penelitian oleh Topping & Kimmel (dalam Hutchins & Rainbolt, 2017) menyebutkan bahwa tingginya tingkat kecemasan fakultas menjadi pemicu kekhawatiran akan terjadinya *impostor phenomenon*. Kemudian penelitian oleh Ati, Kurniawati, & Nurwanti (2015) mengemukakan bahwa terdapat korelasi antara *impostor phenomenon* dan kecemasan akademik pada mahasiswa tahun pertama dengan Indeks prestasi kumulatif diatas 3.50. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh dari kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon*.

Peneliti meyakini bahwa perlunya diteliti mengenai pengaruh kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi. Perlu diteliti pengaruh kecemasan yang dialami mahasiswa dalam konteks akademik secara langsung terhadap *impostor phenomenon*. Kecemasan tersebut merupakan kecemasan akademik, karena jika melihat dari siklus *impostor* bahwa mahasiswa cenderung merasakan kecemasan ketika dihadapi dengan tugas terkait pencapaian, kemudian melewati tahap prokrastinasi dan pendapatan pujian sehingga munculah perasaan *impostor*. Penting untuk ditemukan sebab-sebab terjadinya *impostor phenomenon* karena fenomena ini memberikan dampak-dampak yang sudah dijelaskan sebelumnya. Sejauh ini belum ditemukan penelitian yang memfokuskan penelitiannya pada pengaruh kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon* dengan mahasiswa ber-IPK tinggi sebagai populasinya. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti fenomena tersebut. Judul dari penelitian ini adalah “Pengaruh Kecemasan Akademik Terhadap *Impostor phenomenon* pada Mahasiswa dengan Indeks prestasi kumulatif yang Tinggi”

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas oleh peneliti, Adapun identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.2.1. Bagaimana gambaran kecemasan akademik dan *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan Indeks prestasi kumulatif yang tinggi?
- 1.2.2. Apakah terdapat pengaruh kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan Indeks prestasi kumulatif yang tinggi?

1.3. Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi agar topik penelitian terkendali dan tetap relevan. Batasan dari masalah penelitian ini adalah untuk membahas dan mengetahui

apakah terdapat pengaruh kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi?

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti menentukan rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi?”

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kecemasan akademik terhadap *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi.

1.6. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian yang dilakukan ini tentunya diperuntukan agar memberikan manfaat baik secara teoritis dan praktis. Adapun manfaat yang diharapkan sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi informasi dan referensi dalam pengkajian teori, khususnya terkait kecemasan akademik dan *impostor phenomenon*, memberikan sumbangan pengetahuan dan wawasan untuk penelitian selanjutnya, dan memberikan penjelasan teoritis mengenai hubungan antara kecemasan akademik dengan *impostor phenomenon* pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi

1.6.2. Manfaat Praktis

Bagi peneliti, bermanfaat untuk memberikan data mengenai kecemasan akademik dan *impostor phenomenon*, khususnya yang terjadi pada mahasiswa dengan indeks prestasi kumulatif yang tinggi