

Fragile Confidence: Neuroticism as A Predictor of Impostor Syndrome in College Students

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Nasywa Hafizah Universitas Abdurrab nasywa.hafizah22@student.univrab.ac.id +62895405238276	ISSN: 2963-8933 Vol. 5, No. 1 Februari 2026 http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp
Itto Nesya Nasution Universitas Abdurrab itto.nesya.nasution@univrab.ac.id +628116922652	
Nurul Aiyuda Universitas Abdurrab nurul.aiyuda@univrab.ac.id	

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Hafizah, N., Nasution, I. N., & Aiyuda, N. (2026). Fragile Confidence: Neuroticism as A Predictor of Impostor Syndrome in College Students. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 5 (1), 383-391.

Abstrak

Mahasiswa kerap kali dihadapkan oleh tuntutan akademik, persaingan, dan ekspektasi sosial yang tinggi dengan prestasi, sehingga rentan mengalami tekanan psikologis. Dalam situasi tersebut, sebagian mahasiswa merasa bahwa pencapaian yang diraihinya bukan berasal dari kemampuan pribadi, melainkan semata-mata karena keberuntungan atau bantuan orang lain. Mereka takut dianggap tidak kompeten dan merasa tidak pantas akan kesuksesan yang dimiliki. Kondisi ini dikenal sebagai *impostor syndrome*. Salah satu aspek kepribadian yang diduga berperan dalam kecenderungan tersebut adalah *neuroticism*, yakni karakteristik individu yang mudah mengalami emosi negatif seperti cemas, ragu, dan tidak percaya diri. Individu dengan tingkat *neuroticism* yang tinggi diyakini lebih rentan mengalami *impostor syndrome*. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa di Indonesia dengan rentang usia 19-25 tahun, dengan jumlah subjek 179 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik *cluster sampling* dengan menggunakan metode *one stage cluster sampling*. Hasil pada penelitian ini terdapat hubungan positif yang signifikan antara *neuroticism* dengan *impostor syndrome*. Hasil uji hipotesis diperoleh koefisien korelasi $r = 0,738$ dengan signifikan $p = 0,000$ ($p < 0.005$). Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *neuroticism* maka akan semakin tinggi *impostor syndrome* pada mahasiswa.

Kata Kunci: neurotisme, sindrom impostor, kerentanan psikologis

Abstract

University students are often confronted with academic demands, competition, and high social expectations regarding achievement, which make them vulnerable to psychological pressure. In such situations, some students feel that their accomplishments do not stem from their own abilities but are merely the result of luck or assistance from others. They fear being perceived as incompetent and believe they are undeserving of their success. This condition is known as impostor syndrome. One personality trait that is presumed to play a role in this tendency is neuroticism, which refers to an individual's predisposition to experience negative emotions such as anxiety, doubt, and lack of self-confidence. Individuals with higher levels of neuroticism are believed to be more susceptible to impostor syndrome. This study employed a quantitative research method. The participants were 179 university students in Indonesia, aged between 19 and 25 years. The sampling technique used was cluster sampling with a one-stage cluster sampling method. The results revealed a significant positive correlation between neuroticism and impostor syndrome. The hypothesis testing showed a correlation coefficient of $r = 0.738$ with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.005$). These findings indicate that the higher the level of neuroticism, the higher the tendency to experience impostor syndrome among university students.

Key Words: Neuroticism, impostor syndrome, psychological vulnerability

A. Pendahuluan

Mahasiswa merupakan kelompok populasi yang rentan terhadap tekanan psikososial akibat beban akademik, tuntutan adaptasi di lingkungan baru, dan peran ganda dalam organisasi. Mahasiswa menjalani fase transisi perkembangan menuju kedewasaan profesional yang ditandai oleh peningkatan otonomi belajar dan pembentukan identitas akademik. Pada fase ini mereka juga dituntut untuk menguasai kompetensi kognitif serta keterampilan abad ke-21, seperti kemampuan mengelola diri, bekerja sama, dan menguasai literasi digital, sambil beradaptasi dengan budaya akademik yang baru, meliputi sistem kurikulum, metode penilaian, dan tuntutan dari dosen. Kajian internasional menegaskan bahwa dinamika transisi dan beban peran tersebut memiliki keterkaitan erat dengan kesejahteraan mental mahasiswa, sehingga perguruan tinggi perlu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung serta memberikan dukungan transisi secara inklusif sejak awal masa studi (Barbayannis et al., 2022; Kotera et al., 2022).

Penelitian oleh Andira dan Daulay (2025) menunjukkan bahwa mahasiswa aktif dalam organisasi kemahasiswaan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara memiliki tingkat impostor phenomenon pada kategori sedang (mean = 60,96), dengan perfeksionisme sebagai pendorong utama munculnya rasa tidak layak dalam menjalankan peran akademik dan organisasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian kualitatif pada mahasiswa peserta Program Kampus Merdeka di Universitas Muhammadiyah Surakarta yang mengidentifikasi lima bentuk perilaku *impostor syndrome*, seperti perasaan pencapaian hanya karena faktor eksternal, membandingkan diri dengan orang lain, serta kesulitan menerima pujian, yang dipicu oleh ekspektasi tinggi dari lingkungan sekitar (Nafisaturrisa & Hidayati, 2023).

Impostor syndrome sendiri merupakan fenomena psikologis yang pertama kali diperkenalkan oleh Dr. Pauline Clance dan Dr. Suzanne Imes pada tahun 1978. Fenomena ini ditandai dengan perasaan meragukan kemampuan diri, intelektualitas, serta pencapaian meskipun terdapat bukti objektif mengenai keberhasilan yang konsisten (Connaught, 2024). Individu dengan *impostor syndrome* cenderung mengalami kesulitan dalam menginternalisasi pencapaiannya sehingga muncul rasa cemas, takut, dan stres yang menetap (Alrefi et al., 2024). Dalam konteks akademik, kondisi ini menjadi isu penting karena banyak dialami oleh mahasiswa yang sedang berada pada fase perkembangan dan menghadapi tuntutan akademik yang tinggi.

Prevalensi *impostor syndrome* di kalangan mahasiswa menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Penelitian di Arab Saudi melaporkan hampir setengah dari mahasiswa kesehatan (49,4%) mengalami *impostor syndrome* dalam kategori sedang hingga tinggi (Alrefi et al., 2024). Studi lain menemukan prevalensi sebesar 56,7% pada mahasiswa kedokteran dan intern (Sawant et al., 2023). Bahkan di kalangan mahasiswa berprestasi tinggi, seperti mahasiswa teknik di India, fenomena ini juga dilaporkan signifikan dan berdampak negatif

terhadap kesehatan mental (Maji et al., 2024). Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa *impostor syndrome* bukan sekadar pengalaman individual, tetapi merupakan fenomena luas yang berimplikasi pada kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Karakteristik *impostor syndrome* pada mahasiswa umumnya ditandai dengan keraguan terhadap kemampuan diri, perasaan tidak mampu tanpa bantuan orang lain, serta kecenderungan untuk tidak mempercayai potensi pribadi (Tambak et al., 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kondisi ini berhubungan dengan kecemasan karier (Tambak et al., 2024), meningkatnya tingkat stres, serta penurunan efikasi diri (Uslu, 2024). Dengan demikian, *impostor syndrome* dapat menjadi hambatan serius dalam perkembangan psikologis dan akademik mahasiswa.

Salah satu faktor kepribadian yang diduga berhubungan erat dengan *impostor syndrome* adalah *neuroticism*. Sebagai bagian dari lima dimensi kepribadian Big Five, *neuroticism* menggambarkan kecenderungan individu untuk mengalami emosi negatif secara kronis, seperti kecemasan, depresi, dan rasa tidak aman (Sawant et al., 2023). Individu dengan tingkat *Neuroticism* yang tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif tersebut, yang dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap kemampuan coping dalam menghadapi berbagai situasi (Soto & John, 2017). Dalam konteks mahasiswa, *neuroticism* terbukti menjadi prediktor signifikan terhadap distress psikologis, bahkan menjelaskan 15,8% variasi skor distress pada mahasiswa sarjana (Ashraf et al., 2024). Individu dengan tingkat *neuroticism* tinggi lebih rentan meragukan pencapaian diri dan mengalami ketidakstabilan emosi, suatu kondisi yang paralel dengan inti pengalaman *impostor syndrome*.

Temuan empiris mendukung adanya hubungan positif antara *neuroticism* dan *impostor syndrome*. Studi pada mahasiswa kedokteran dan intern menunjukkan bahwa *impostor syndrome* berkorelasi negatif dengan harga diri, ekstraversi, *agreeableness*, dan *conscientiousness*, tetapi berkorelasi positif dengan *neuroticism* (Sawant et al., 2023). Kondisi ini memperkuat argumentasi bahwa *neuroticism* dapat meningkatkan kerentanan mahasiswa terhadap *impostor syndrome*.

Meski demikian, masih terdapat gap penelitian yang perlu diperhatikan. Connaught (2024) menyoroti kurangnya eksplorasi mengenai pengalaman *impostor syndrome* pada mahasiswa dengan latar belakang beragam, misalnya mahasiswa Black/African American. Selain itu, penelitian sebelumnya lebih banyak menekankan hubungan langsung *impostor syndrome* dengan kesehatan mental, sementara faktor psikososial yang berpotensi memoderasi hubungan tersebut relatif jarang diteliti (Sanders et al., 2024). Literatur yang ada juga lebih banyak berfokus pada intervensi individu, sedangkan kajian mengenai faktor kepribadian yang mendasari fenomena ini masih terbatas (Connaught, 2024). Oleh karena itu, penelitian yang mengkaji hubungan *neuroticism* dan *impostor syndrome* pada mahasiswa penting untuk dilakukan.

Urgensi penelitian ini dapat ditinjau dari sisi teoretis maupun praktis. Dari perspektif kesehatan mental, *impostor syndrome* terbukti berdampak negatif pada kesejahteraan mahasiswa, termasuk meningkatkan risiko kecemasan dan depresi (Sanders et al., 2024). Dengan memahami keterkaitan *neuroticism* dan *impostor syndrome*, institusi pendidikan dapat mengembangkan strategi intervensi yang lebih tepat sasaran, seperti program konseling atau dukungan psikologis untuk mahasiswa yang berisiko tinggi. Selain itu, pemahaman ini juga dapat membantu pengembangan instrumen skrining yang mendeteksi risiko *impostor syndrome* berdasarkan profil kepribadian mahasiswa. Dari sisi akademik, penelitian ini dapat memperkaya model teoretis yang menjelaskan mekanisme psikologis di balik fenomena *impostor syndrome* pada mahasiswa.

B. Metodologi

Di dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2021) penelitian kuantitatif merupakan pendekatan yang didasarkan pada filsafat positivisme dan dianggap sebagai metode ilmiah karena mengikuti prinsip-prinsip yang konkret, objektif, terukur, rasional, serta tersusun secara sistematis. Tujuan dari metode ini adalah untuk melakukan pengkajian terhadap populasi atau sampel tertentu.

1. Research Design

Proses pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode probability sampling dengan teknik cluster sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui google formulir yang kemudian

didistribusikan kepada responden melalui berbagai platform media sosial seperti WhatsApp, instagram dan aplikasi X untuk mahasiswa yang aktif di sosial media.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Menurut Azwar (2018) skala psikologi ialah suatu stimulus yang berbentuk pernyataan maupun pertanyaan tidak langsung menyatakan atribut yang hendak diukur melainkan menyatakan aspek atau dimensi perilaku dari atribut yang berhubungan. Skala yang diberikan kepada subjek yaitu neuroticism yang berjumlah 13 aitem dan skala impostor syndrome yang berjumlah 23 aitem.

Adapun model skala dalam penelitian ini yaitu rating scale dengan beberapa alternatif jawaban, yaitu: "sangat setuju (SS)=5", "setuju (S)=4", "netral (N)=3", "tidak setuju (TS)=2", "sangat tidak setuju (STS)=1".

Pernyataan dalam skala dapat dijawab dengan baik oleh semua responden tanpa ada aitem yang terlewatkan, sebab pada tiap aitem diberi tanda bintang yang artinya wajib diisi. Pada awal pemberian skala kuesioner peneliti telah memberitahukan kepada subjek bahwa data bersifat rahasia, hanya diketahui oleh peneliti, dan tidak melibatkan pihak manapun.

2. *Participants (Population and Sample)*

Teknik pengambilan sampling pada penelitian ini menggunakan teknik one stage cluster sampling, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan satu tahap dari daerah-daerah di Indonesia yang dipilih secara acak. Untuk memilih daerah yang akan diambil, peneliti melakukan pengacakan terhadap 38 provinsi yang ada di Indonesia melalui situs web random.org dan terpilih 7 provinsi. Hasil yang didapatkan adalah, Provinsi Riau, Jawa Barat, Sumatera Barat, DKI Jakarta, Jawa Tengah, Jawa Timur, dan DI Yogyakarta. Partisipan penelitian ini terdiri dari 179 peserta dengan rentang usia 19 tahun – 25 tahun dan merupakan mahasiswa aktif yang berada di Indonesia. Deskripsi partisipan berdasarkan jenis kelamin dalam penelitian ini terdapat 43 subjek laki-laki dan 136 subjek Perempuan.

3. *Instruments*

Validitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan validitas isi. Menurut Azwar (2019) validitas isi ialah sejauh mana kesesuaian aitem dengan indikator dari atribut yang akan diukur. Dalam evaluasi validitas isi, professional judgement tersebut menilai apakah item yang telah dibuat sudah mencerminkan konstruk yang ingin diukur. Penelitian dari professional judgment tersebut kemudian dihitung dengan menggunakan metode statistik, yakni Content Validity Index (CVI) yang digunakan untuk menghitung koefisien validitas isi. Pada penelitian ini validitas isi pada skala impostor syndrome menggunakan tiga orang professional judgement. Nilai reliabilitas dalam penelitian ini dilihat menggunakan teknik Alpha Cronbach. Reliabilitas dari neuroticism sebesar $\alpha = 0,829$ dan variabel impostor syndrome (IS) sebesar $\alpha = 0,940$.

4. *Technique of Data Analysis*

Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan melalui pendekatan statistik kuantitatif dengan memanfaatkan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25. Data yang telah terkumpul melalui kuesioner terlebih dahulu dilakukan proses *editing, coding, dan entry data* ke dalam SPSS. Aplikasi yang digunakan untuk menghitung koefisien validitas isi yakni *Content Validity Indeks* (CVI)

C. Hasil dan Pembahasan

1. *Hasil*

Setelah melakukan penelitian, diperoleh hasil yang kemudian diolah untuk menguji normalitas data yang diolah dengan ketentuan Kolgomorov Smirnov. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

		<i>Neuroticism</i>	<i>Impostor Syndrome</i>
N		179	179
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	49.4637	70.5419
	Std. Deviation	8.45095	13.03203
Most Extreme Differences	Absolute	.190	.142
	Positive	.113	.089
	Negative	-.190	-.142
Test Statistic		.190	.142
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c	.000 ^c

Berdasarkan tabel 1 di atas, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) uji Kolmogorov Smirnov pada kedua variabel adalah sebesar 0,000. Sehingga berdasarkan uji normalitas Kolmogorov Smirnov, data ini dikategorikan tidak berdistribusi normal karena nilai asumsi signifikan menunjukkan hasil $p < 0,05$. Maka dari itu analisis korelasi tidak bisa dilakukan dengan teknik *pearson product moment*. Analisis korelasi dialihkan melalui analisis nonparametrik dengan uji *spearman rank correlation*. Namun sebelum dilakukan pengujian hipotesis *spearman rank*, peneliti menguji linearitas data untuk mengetahui skor variabel-variabel penelitian dengan memperhatikan klasifikasi atau mengetahui kesamaan varian (Sugiyono, 2021). Gambaran uji linear dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2
Uji Linearitas

Variabel	Linearity	Deviation from linearity	Keterangan
<i>Neuroticism</i> dan <i>Impostor Syndrome</i>	0,000	0,120	Linear

Berdasarkan kaidah uji linearitas jika signifikan *linearity* $p < 0,05$ maka hubungan linear, dan jika nilai signifikan *deviation from linearity* $p > 0,05$ maka linearitas sudah terpenuhi dan arah hubungan linear.

Setelah uji normalitas dan uji linearitas dilakukan, selanjutnya uji hipotesis *spearman rank correlation* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat signifikan hubungan *neuroticism* dengan *impostor syndrome*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3
Uji Hipotesis

			<i>Neuroticism</i>	<i>Impostor Syndrome</i>
Spearman's rho	<i>Neuroticism</i>	Correlation Coefficient	1.000	.738**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	179	179
	<i>Impostor Syndrome</i>	Correlation Coefficient	.738**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	179	179

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh nilai signifikan 0,000 dengan standar $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan searah antara *neuroticism* dan *impostor syndrome* pada mahasiswa di Indonesia dengan koefisien korelasi $r = 0,738$.

2. Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara *neuroticism* dengan *impostor syndrome* pada mahasiswa di Indonesia dengan nilai koefisien korelasi *spearman* sebesar $r = 0,738$. Arah hubungan kedua variabel positif yakni semakin tinggi tingkat *neuroticism*, maka semakin tinggi pula tingkat *impostor syndrome* pada mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan di dalam penelitian ini "Adanya hubungan positif yang signifikan antara kepribadian *neuroticism* dengan *impostor syndrome*. Semakin tinggi tingkat *neuroticism* pada individu, maka semakin tinggi tingkat *impostor syndrome*. Sebaliknya,

semakin rendah *neuroticism*, maka semakin rendah pula *impostor syndrome*”, diterima dan terbukti memiliki hubungan.

Temuan ini menegaskan bahwa ciri kepribadian, khususnya neurotisisme, merupakan faktor penting yang memengaruhi kerentanan individu terhadap pengalaman *impostor syndrome*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa kecenderungan emosi negatif, kerentanan terhadap stres, dan instabilitas afektif berhubungan erat dengan meningkatnya perasaan tidak layak dan keraguan diri pada mahasiswa (Sawant et al., 2023; Yang et al., 2024). Dengan demikian, neurotisisme dapat dipahami sebagai salah satu fondasi psikologis utama yang menjelaskan fenomena ini.

Neurotisisme, yang merupakan salah satu dimensi *Big Five Personality*, dicirikan dengan tingginya tingkat kecemasan, ketidakstabilan emosi, serta predisposisi terhadap stres. Individu dengan tingkat neurotisisme tinggi sering kali menunjukkan sensitivitas berlebihan terhadap evaluasi eksternal dan memiliki pola pikir yang lebih rentan terhadap keraguan diri. Kondisi psikologis ini selaras dengan karakteristik *impostor syndrome*, yaitu kesulitan dalam menginternalisasi keberhasilan serta keyakinan bahwa pencapaian yang diraih tidak sepenuhnya berasal dari kompetensi pribadi (Albuquerque et al., 2023; Sawant et al., 2023).

Dalam konteks mahasiswa, temuan ini menjadi relevan karena lingkungan akademik menuntut performa tinggi dan kompetisi yang ketat. Mahasiswa yang memiliki kecenderungan neurotik lebih mudah merasa tidak mampu menghadapi tantangan akademik. Kondisi ini semakin diperburuk oleh ekspektasi sosial, baik dari keluarga maupun institusi pendidikan, yang memunculkan tekanan tambahan. Levy (2022) menekankan bahwa kesadaran diri yang berlebihan pada individu neurotik memperbesar potensi munculnya keraguan diri dan ketakutan dianggap tidak layak, sehingga meningkatkan intensitas sindrom penipu. Selain itu, sistem akademik yang berbasis pada evaluasi terus-menerus seperti ujian, presentasi, atau publikasi ilmiah, dapat memperkuat kecenderungan *impostor syndrome*. Nori & Vanttaja (2022) menyatakan bahwa mahasiswa sering kali menilai diri mereka berdasarkan standar eksternal dan membandingkan diri dengan rekan sebaya, sehingga mahasiswa dengan neurotisisme tinggi lebih mungkin mengalami rasa tidak percaya diri yang berulang. Dengan demikian, lingkungan akademik bukan hanya tempat berkembangnya potensi, tetapi juga lahan subur bagi munculnya perasaan penipu, khususnya bagi individu dengan kepribadian neurotik.

Faktor sosiodemografis turut memainkan peran dalam memperkuat dampak neurotisisme terhadap sindrom penipu. Penelitian menunjukkan bahwa perempuan dan kelompok minoritas melaporkan pengalaman *impostor syndrome* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok lain. Hal ini dikaitkan dengan tekanan stereotip, diskriminasi, serta ekspektasi sosial yang lebih besar terhadap kelompok tersebut (Pleace & Nicky, 2023; Yang et al., 2024). Dalam situasi seperti ini, neurotisisme berfungsi sebagai katalis yang memperkuat pengalaman penipuan, karena individu menjadi lebih rentan terhadap tekanan sosial yang mereka hadapi.

Interaksi antara neurotisisme dan sindrom penipu juga dapat dilihat pada perilaku maladaptif. Fimiani et al. (2024) menjelaskan bahwa individu dengan kecenderungan neurotik sering kali terlibat dalam *self-handicapping*, yaitu menciptakan hambatan atau alasan eksternal sebelum menghadapi tantangan. Perilaku ini pada akhirnya memperkuat siklus keraguan diri, karena setiap keberhasilan yang dicapai tidak pernah diakui sebagai hasil kemampuan pribadi, melainkan dianggap sebagai faktor kebetulan atau keberuntungan. Siklus ini menjadikan sindrom penipu semakin sulit diputus.

Dampak dari korelasi antara neurotisisme dan sindrom penipu juga terlihat pada kesehatan mental mahasiswa. Peteet et al. (2015) menemukan bahwa mahasiswa dengan *impostor syndrome* lebih sering mengalami depresi, stres kronis, dan harga diri yang rendah. Ketidakmampuan untuk menginternalisasi pencapaian membuat mahasiswa terjebak dalam rasa cemas yang berkelanjutan, terutama bagi mereka dengan tingkat neurotisisme tinggi (Sawant et al., 2023). Kondisi ini tidak hanya menghambat kinerja akademik, tetapi juga berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis jangka panjang.

Perbedaan gender menjadi salah satu aspek penting dalam memahami kompleksitas hubungan ini. Pleace & Nicholls (2023) melaporkan bahwa perempuan cenderung melaporkan perasaan penipu lebih tinggi dibanding laki-laki, yang kemungkinan disebabkan oleh beban peran ganda dan ekspektasi masyarakat. Tekanan tersebut, bila dikombinasikan dengan kecenderungan neurotik, dapat memperburuk perasaan tidak layak yang dialami mahasiswa perempuan. Hal ini menunjukkan perlunya strategi intervensi yang mempertimbangkan perspektif gender dalam penanganan sindrom penipu.

Selain gender, faktor budaya juga memainkan peranan penting. Dalam masyarakat dengan budaya kolektivistik, seperti di Indonesia, keberhasilan sering kali dipandang sebagai hasil

kontribusi kelompok, bukan individu. Hal ini dapat memperburuk perasaan impostor, karena mahasiswa merasa keberhasilan mereka bukanlah refleksi dari kemampuan pribadi, melainkan hasil dari bantuan orang lain. Dalam konteks mahasiswa dengan neurotisme tinggi, situasi ini memperkuat keyakinan bahwa mereka tidak pantas menerima pengakuan atas pencapaiannya (Yang et al., 2024).

Impostor syndrome juga berdampak pada pengambilan keputusan akademik mahasiswa. Pleace & Nicholls (2023) menemukan bahwa mahasiswa dengan *impostor syndrome* cenderung menghindari peluang akademik yang menantang, misalnya mengajukan beasiswa, mengikuti lomba, atau melanjutkan studi ke jenjang lebih tinggi. Kecenderungan ini semakin jelas pada mahasiswa dengan neurotisme tinggi, yang merasa tidak mampu menghadapi risiko kegagalan. Dampak jangka panjangnya, mahasiswa berpotensi kehilangan kesempatan berharga untuk pengembangan akademik dan karier.

Dari sisi psikologis, hubungan antara neurotisme dan *impostor syndrome* dapat dijelaskan melalui mekanisme atribusi diri. Individu neurotik lebih cenderung mengatribusikan keberhasilan pada faktor eksternal seperti keberuntungan, sementara kegagalan dikaitkan dengan kelemahan pribadi. Pola atribusi ini memperkuat siklus *impostor syndrome*, di mana keberhasilan tidak pernah diinternalisasi, sementara kegagalan mempertegas keraguan diri (Bernard et al., 2002; Wilke, 2018). Dalam jangka panjang, pola ini dapat berpotensi menggerus self-efficacy mahasiswa. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *impostor syndrome* lebih sering muncul pada individu berprestasi tinggi. Ménard et al. (2023) menekankan bahwa mahasiswa yang berprestasi sering kali merasa bahwa keberhasilan mereka tidak sah, sehingga mereka cenderung meremehkan kemampuan diri. Pada mahasiswa dengan neurotisme tinggi, kondisi ini semakin diperparah karena afek negatif dan instabilitas emosi memperkuat perasaan tidak layak. Dengan demikian, korelasi kuat yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan literatur global.

Selain itu, perlu dicatat bahwa interaksi antara neurotisme dan *impostor syndrome* juga terkait dengan kecenderungan menyabotase diri. Fimiani et al. (2024) menunjukkan bahwa individu neurotik kerap mengalami rasa bersalah atas kesuksesan, yang mendorong perilaku destruktif terhadap diri sendiri. Misalnya, mahasiswa mungkin menunda mengerjakan tugas atau menghindari peluang, bukan karena tidak mampu, tetapi karena merasa tidak pantas berhasil. Pola ini melanggengkan perasaan penipu dan memperkuat korelasi positif yang ditemukan dalam penelitian ini.

Implikasi dari temuan ini sangat jelas: penanganan *impostor syndrome* pada mahasiswa memerlukan pendekatan yang menyeluruh. Feenstra et al. (2020) menekankan pentingnya menciptakan lingkungan akademik yang suportif, sementara Bagde et al. (2024) menyoroti perlunya program konseling yang menekankan regulasi emosi dan strategi coping. Dengan intervensi yang tepat, mahasiswa dengan neurotisme tinggi dapat diarahkan untuk membangun kepercayaan diri, menginternalisasi keberhasilan, dan mengurangi perasaan penipu yang mereka alami.

Akhirnya, penelitian ini menegaskan bahwa neurotisme adalah prediktor signifikan dari sindrom penipu, namun fenomena ini tidak dapat dipahami hanya dari satu sisi. Faktor kepribadian, konteks akademik, gender, dan budaya semuanya berinteraksi dalam membentuk pengalaman *impostor syndrome*. Oleh karena itu, intervensi perlu dirancang dengan mempertimbangkan berbagai aspek tersebut agar dapat secara efektif membantu mahasiswa mengelola keraguan diri, meningkatkan self-efficacy, dan mencapai potensi akademik serta pribadi secara optimal (Bernard et al., 2002; Sawant et al., 2023; Yang et al., 2024).

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara neurotisme dan *impostor syndrome* pada mahasiswa, di mana individu dengan tingkat neurotisme tinggi cenderung lebih rentan mengalami keraguan diri, perasaan tidak layak, serta kesulitan mengakui keberhasilan mereka. Temuan ini menegaskan peran ketidakstabilan emosional dalam memunculkan gejala *impostor syndrome*. Namun, pengalaman tersebut juga dipengaruhi faktor kontekstual seperti lingkungan akademik, gender, dan status sosial, sehingga penanganannya perlu melalui pendekatan holistik dengan dukungan psikologis dan akademik yang memadai. Penelitian selanjutnya disarankan mengeksplorasi variabel lain seperti perfeksionisme, strategi coping, serta dukungan sosial.

E. Referensi

- Albuquerque, A. B. de, Bezerra, T. C. G., Silva, A. C. M. M., Silva, P. G. N. da, Cunha, L. R. L. da, Santos, L. B., Santos, L. P. dos, Sousa, M. C. de C., & Araujo, G. O. de. (2023). Síndrome Do Impostor, Traços De Personalidade E Perfeccionismo Em Universitários: Um Estudo Correlacional. *Centro de Pesquisas Avançadas Em Qualidade de Vida*, 15(V15N3), 1. <https://doi.org/10.36692/v15n3-28r>
- Alrefi, S. B., Almutairi, R. M., Almazyad, S. K., Alqarni, M. D., Alghamdi, M. A., Aldraiwiesh, I. A., Oyelade, T., & Alqahtani, J. S. (2024). Prevalence of impostor syndrome among healthcare students in Saudi Arabia and its association with academic performance. *Edelweiss Applied Science and Technology*, 8(6), 7508–7517. <https://doi.org/10.55214/25768484.v8i6.3628>
- Andira, D. P., & Daulay, A. A. (2025). *Understanding the Impostor Phenomenon among Active Student Organization Members in Indonesian Universities*. 4(3), 739–748.
- Ashraf, A., Amreen, & Shakil, M. (2024). Exploring the Predictive Association of Big Five Personality Traits With Psychological Distress Among Undergraduate University Students. *Kashf Journal of Multidisciplinary Research*, 1(12), 19–29. <https://doi.org/10.71146/kjmr159>
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bagde, M. M., & Sandanshiv, A. D. (2024). Imposter syndrome as a student feeling. *International Journal of Science and Research Archive*, 11(2), 1164–1166. <https://doi.org/10.30574/ijrsra.2024.11.2.0550>
- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K. W., & Ming, X. (2022). Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13(May), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002). Applying the big five personality factors to the impostor phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78(2), 321–333. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7802_07
- Connaught, G. (2024). Reframing the impostor phenomenon for Black college students. *Journal of Perspectives in Applied Academic Practice*, 12(3), 63–75. <https://doi.org/10.56433/pv5se246>
- Feenstra, S., Begeny, C. T., Ryan, M. K., Rink, F. A., Stoker, J. I., & Jordan, J. (2020). Contextualizing the Impostor “Syndrome.” *Frontiers in Psychology*, 11(November), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.575024>
- Fimiani, R., Mannocchi, C., Gorman, B. S., & Gazzillo, F. (2024). Guilt over success, impostor phenomenon, and self-sabotaging behaviors. *Current Psychology*, 43(21), 19081–19090. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05697-z>
- Kotera, Y., Lieu, J., Kirkman, A., Barnes, K., Liu, G. H. T., Jackson, J., Wilkes, J., & Riswani, R. (2022). Mental Wellbeing of Indonesian Students: Mean Comparison with UK Students and Relationships with Self-Compassion and Academic Engagement. *Healthcare (Switzerland)*, 10(8). <https://doi.org/10.3390/healthcare10081439>
- Levy, N. (2022). Impostor syndrome and pretense. *Inquiry (United Kingdom)*, 67(9), 3420–3435. <https://doi.org/10.1080/0020174X.2022.2042379>
- Maji, S., Shivhare, V., & Kumar, Y. (2024). Imposter Phenomenon, Social Comparison Orientation, and Mental Health: A Study of High-Achieving Indian College Students. *Roeper Review*, 47(1), 47–59. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02783193.2024.2420356>
- Ménard, A. D., Bondy, M., Jones, M., Desjardins, L., Milidrag, L., Foulon, A., & Chittle, L. (2023). “I wasn’t that good at it but I pretended to be”: Students’ Experiences of the Impostor Phenomenon in Academic Settings. *Alberta Journal of Educational Research*, 69(3), 363–383. <https://doi.org/10.11575/ajer.v69i3.76167>
- Nafisaturrisa, A., & Hidayati, I. A. (2023). *IMPOSTOR SYNDROME PADA MAHASISWA PESERTA PROGRAM KAMPUS MERDEKA*. 2, 306–312.
- Nori, H., & Vanttaja, M. (2022). Too stupid for PhD? Doctoral impostor syndrome among Finnish PhD students. *Higher Education*, 86(3), 675–691. <https://doi.org/10.1007/s10734-022-00921-w>
- Peteet, B. J., Brown, C. M., Lige, Q. M., & Lanaway, D. A. (2015). Impostorism is Associated with Greater Psychological Distress and Lower Self-Esteem for African American Students. *Current Psychology*, 34(1), 154–163. <https://doi.org/10.1007/s12144-014-9248-z>
- Pleace, M., & Nicky, N. (2023). Impostor feelings and academic decision making: an anchoring vignette approach. *Studies in Higher Education*, 49(4), 730–747.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/03075079.2023.2252578>
- Sanders, S. M., Williams, T. R., Gao, F., Muwele, C., Mitchell, J. M., & Mitchell, T. (2024). The Relationship Between the Imposter Phenomenon and Mental Health in Black Graduate Students: Examining Moderating Effects of Perceived Social Support. *Journal of Black Psychology*, 51(4), 451–482. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/00957984241309166>
- Sawant, N. S., Yash, K., Krish Ajmera, U. B., & Devansh, L. (2023). A study on impostor phenomenon, personality, and self-esteem of medical undergraduates and interns. *Industrial Psychiatry Journal*, 195–201. <https://doi.org/10.4103/ipj.ipj>
- Soto, C. J., & John, O. P. (2017). Short and extra-short forms of the Big Five Inventory–2: The BFI-2-S and BFI-2-XS. *Journal of Research in Personality*, 68(February), 69–81. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.02.004>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tambak, F., Layda, S., & Rohmadani, Z. V. (2024). The Relationship Between Impostor Syndrome and Career Anxiety in Yogyakarta Students. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, 5(12), 5914–5921. <https://doi.org/10.59141/jist.v5i12.8849>
- Uslu, O. (2024). The Imposter Experience: Examining the Psychological Foundations and Impacts of Impostor Syndrome. *Sakarya Üniversitesi İşletme Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 148–159. <https://doi.org/10.47542/sauied.1577213>
- Wilke, M. (2018). Imposter Phenomenon: Distinct Construct or Achievement-Related Affective Experience? *Murray State Theses and Dissertations*. <https://digitalcommons.murraystate.edu/etd/119>
- Yang, X., Yeo, K. J., Lee, S. H., & Handayani, L. (2024). A systematic review of impostor syndrome in higher education. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 13(6), 3884–3892. <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i6.30726>