



DOI: <https://doi.org/10.38035/jmpis>  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## Fenomena Impostor Syndrome dan Ketangguhan Akademik, Kombinasi Pemicu Munculnya Kecemasan Akademik

Syajana Dita Oktaviani<sup>1\*</sup>, Miranti Rasyid<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia, [dhitasyajana@gmail.com](mailto:dhitasyajana@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia, [miranti.rasyid@fisip.unmul.ac.id](mailto:miranti.rasyid@fisip.unmul.ac.id)

\*Corresponding Author: [dhitasyajana@gmail.com](mailto:dhitasyajana@gmail.com)

**Abstract:** *This research has a dependent variable, namely academic anxiety, especially in students. The significance of this research lies in uncovering and comprehending the impact of impostor syndrome and academic resilience on academic anxiety. This understanding will pave the way for developing interventions targeting these two independent variables, ultimately assisting students who are affected. The study employs a quantitative research approach. The population in this study were students from the Faculty of Teacher Training and Education (FKIP) Mulawarman University, East Kalimantan class of 2021. The number of samples to be studied was 45 respondents. The method used for data collection in this study involved a research instrument in the form of a Likert scale. For data processing, the analysis technique applied was multiple linear regression analysis. Based on the research results, it can be seen that  $t$  count  $>$   $t$  table and  $p$  value  $<$  0.05, which means that there is a positive and significant influence of impostor syndrome on academic anxiety with beta coefficient ( $\beta$ ) = 0.590,  $t$  count = 4.379, and  $p$  = 0.000 ( $p <$  0.05). This indicates that the minor hypothesis in this study is supported, confirming that impostor syndrome has an impact on academic anxiety. Additionally, the relationship between academic resilience and academic anxiety reveals a  $t$ -value greater than the critical  $t$ -value, signifying a positive and significant effect with a beta coefficient ( $\beta$ ) = 0.275,  $t$  count = 2.040, and  $p$  = 0.046 ( $p <$  0.05). This means that the minor hypothesis in this research is accepted, namely that there is an influence of academic toughness on academic anxiety.*

**Keywords:** *Academic Resilience, Anxiety Academic, Impostor Syndrome*

**Abstrak:** Penelitian ini memiliki variabel tergantung yaitu kecemasan akademik, khususnya pada mahasiswa. Pentingnya melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami bagaimana pengaruh impostor syndrome dan ketangguhan akademik terhadap kecemasan akademik agar intervensi-intervensi terhadap kedua variabel bebas tersebut dapat dirancang sehingga bisa membantu mahasiswa yang terdampak. Penelitian kali ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan Mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mulawarman Kalimantan Timur angkatan 2021 sebagai populasinya. Jumlah sampel yang ingin diteliti yaitu sebesar 45 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur penelitian bentuk

skala likert. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan menggunakan instrumen skala Likert, dan analisis regresi linier berganda digunakan untuk pengolahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai  $t$  hitung lebih besar dari  $t$  tabel serta nilai  $p$  kurang dari 0.05. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan antara impostor syndrome dan kecemasan akademik, dengan koefisien beta sebesar 0.590,  $t$  hitung 4.379, dan nilai  $p$  0.000 ( $p < 0.05$ ). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hipotesis minor diterima, yang berarti terdapat pengaruh impostor syndrome terhadap kecemasan akademik. Selain itu, ketangguhan akademik juga terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan akademik, dengan nilai  $t$  hitung lebih besar dari  $t$  tabel, serta koefisien beta sebesar 0.275,  $t$  hitung 2.040, dan nilai  $p$  0.046 ( $p < 0.05$ ). Dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor dalam penelitian kali ini terkait pengaruh ketangguhan akademik terhadap kecemasan akademik dapat diterima.

**Kata Kunci:** *Impostor Syndrome*, Ketangguhan Akademik, Kecemasan Akademik

## PENDAHULUAN

Pada masa pandemi COVID-19, berbagai aspek kehidupan menjadi terpengaruh, salah satunya adalah kesehatan mental. *Burnout* menjadi salah satu masalah signifikan yang banyak diteliti, terutama pada tenaga kesehatan yang rentan akibat konteks kerja yang berisiko tinggi, kontak fisik dengan masyarakat, serta tuntutan kasih sayang dan kepekaan terhadap pasien (Lluch-Sanz dkk., 2022; Amanullah & Shankar, 2020). Tidak hanya tenaga kesehatan, tenaga pendidik seperti guru dan dosen juga ikut terdampak oleh *burnout* akibat tuntutan-tuntutan instruksional baru dan kecemasan akan pandemi serta keadaan pendidikan saat itu (Pressley, 2021; Weißenfels dkk., 2022).

*Burnout* yang dialami oleh mahasiswa juga menjadi perhatian, di mana tekanan akademik yang terus menerus dapat memengaruhi kesejahteraan fisik dan mental mereka serta menurunkan kinerja akademik (Madigan & Curran, 2021; Putri dkk., 2023). Gejala *burnout* akademik juga telah dikaitkan dengan banyak dampak negatif bagi mahasiswa, seperti motivasi terkontrol, rendahnya harga diri, dan bahkan pemikiran untuk bunuh diri (Putri dkk., 2023). *Burnout* dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap kerja yang dilakukan dan penurunan kualitas dalam tugas atau pekerjaan yang diselesaikan (Antari dkk., 2021). Rudiyanto dkk. (2023) juga menjelaskan bahwa *burnout* yang dialami oleh mahasiswa menimbulkan kecemasan, mudah marah, perubahan suasana hati yang signifikan, serta dapat menimbulkan depresi.

Kecemasan akademik adalah perasaan takut atau gelisah yang muncul dalam konteks akademik, seperti tugas atau performa belajar, yang berdampak pada kognitif, emosional, dan fisik individu (Maulana & Rahmandani, 2019; Rohman & Fauziah, 2022). Beberapa faktor dapat mempengaruhi kecemasan ini antara lain adalah faktor keluarga dan pribadi, serta faktor sosial maupun kelembagaan. (Istiantoro dkk., 2018), Selain itu, jenis kelamin, usia, kondisi kesehatan, tinggal stressor dan pengalaman juga dapat mempengaruhi kecemasan. (Novitria & Khoirunnisa, 2022). Kecemasan akademik dapat menyebabkan gangguan mental, emosional, dan fisik, memengaruhi pola tidur, makan, serta menurunkan kinerja akademik dan kesejahteraan individu secara keseluruhan (Alim dkk., 2023).

Salah satu faktor lain yang juga berkontribusi terhadap kecemasan akademik adalah kecenderungan *impostor syndrome*. *Impostor syndrome* adalah kondisi psikologis di mana individu merasa tidak layak atas kesuksesan yang mereka raih, menganggap pencapaian tersebut hanya kebetulan, dan sering meragukan kemampuan diri (Hawley, 2019; Walker & Saklofske, 2022). Muslimah dkk. (2022) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mengalami *impostor syndrome* percaya bahwa semua prestasi dan keberhasilan yang mereka capai hanya terjadi secara kebetulan dan bukan karena kemampuan mereka sendiri. Muslimah dkk. (2022)

menjelaskan pula lebih lanjut bahwa mereka merasa bahwa prestasi mereka tidak signifikan dan meragukan diri mereka sendiri sehingga dapat menyebabkan rasa takut gagal dan kecemasan yang berlebihan saat menjalani tugas akademik.

Sewajarnya seseorang akan merasa senang dan bangga ketika memiliki prestasi atau sesuatu yang telah dicapainya. Namun, dewasa ini, masih banyak orang yang mengalami impostor syndrome atau perasaan di mana ia merasa tidak pantas dengan apa yang sudah mereka raih meskipun untuk mendapatkannya mereka sudah bekerja keras. (Kuppusamy dkk., 2022). Sindrom ini terdiri dari tiga aspek utama, yaitu ketidakpercayaan terhadap keberhasilan, perbedaan persepsi negatif terhadap diri sendiri, dan perilaku yang merugikan diri sendiri. Faktor-faktor yang memengaruhi impostor syndrome meliputi peluang baru yang menimbulkan rasa tidak pantas, lingkungan keluarga yang kurang mendukung, serta kecemasan, depresi, dan kesenjangan sosial yang dirasakan oleh individu dari kelompok terpinggirkan (Walker & Saklofske, 2022).

Selain *impostor syndrome*, ketangguhan akademik juga merupakan faktor penting yang dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik. Ketangguhan akademik dan ketahanan akademik merupakan satu hal yang sama, hal tersebut sesuai dengan Jannah dkk. (2021) yang menjelaskan bahwa ketangguhan akademik merupakan suatu ketahanan yang dimiliki individu untuk menghadapi permasalahan yang bersifat akademik. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa ketangguhan dan ketahanan akademik merupakan hal yang sama. Ketangguhan akademik adalah kemampuan individu untuk bertahan dan menghadapi tekanan, tantangan, serta kesulitan dalam lingkungan akademik (Nurhikma & Nuqul, 2020; Arsyad & Sulistiyana, 2021) etangguhan ini melibatkan tiga aspek utama: kontrol, yaitu kemampuan mengelola diri dan stres; komitmen, yang mencerminkan keteguhan dan tanggung jawab menghadapi tantangan; serta tantangan, yaitu keinginan untuk terus maju dan berkembang (Arsyad & Sulistiyana, 2021). Faktor-faktor yang mempengaruhinya ini kemudian terbagi dua, yaitu faktor internal seperti motivasi dan kemampuan adaptasi, serta faktor eksternal seperti dukungan orang tua, lingkungan, dan teman sebaya (Andi & Fathul, 2020). Namun, penelitian mengenai hubungan antara *impostor syndrome*, ketangguhan akademik, dan kecemasan akademik masih belum ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh kecenderungan *impostor syndrome* dan ketangguhan akademik terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa.

## METODE

Penelitian ini dijelaskan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan mengidentifikasi hubungan kausalitas antara berbagai variabel melalui pengumpulan data dari lingkungan yang nyata. (Hardani dkk., 2020). Penelitian kuantitatif dianggap tepat untuk mengkaji masalah sosial yang sifatnya dinamis (Hardani dkk., 2020; Priadana & Sunarsi, 2021). Rancangan yang digunakan mencakup statistik deskriptif dan inferensial guna memberikan gambaran yang jelas mengenai fenomena yang diteliti (Hartanto & Yuliani, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *impostor syndrome* dan ketangguhan akademik terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa FKIP Universitas Mulawarman angkatan 2021. Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa FKIP 2021, dengan total 1.340 mahasiswa. Berdasarkan kriteria kecemasan dan ketangguhan akademik, ditentukan sampel sebanyak 45 responden.

Data dikumpulkan menggunakan skala Likert untuk tiga variabel utama: kecemasan akademik, impostor syndrome, dan ketangguhan akademik. Skala kecemasan akademik terdiri dari 36 butir item, impostor syndrome terdiri dari 36 butir, dan ketangguhan akademik terdiri dari 32 butir. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk memastikan keandalan alat ukur yang digunakan. Uji validitas dilakukan dengan Pearson Product Moment, sedangkan uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach.

Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier berganda untuk mengukur sejauh mana pengaruh impostor syndrome dan ketangguhan akademik terhadap kecemasan akademik..

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 55 mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Mulawarman angkatan 2021, yang dipilih secara acak dengan metode *simple random sampling*. Berdasarkan karakteristik demografis, 72,7% responden adalah perempuan dan 27,3% laki-laki. Mayoritas subjek berusia 20 tahun (41,8%), diikuti oleh usia 19 tahun (25,5%), dengan rentang usia terbanyak berkisar antara 18 hingga 22 tahun.

**Tabel 1. Distribusi Subjek penelitian Berdasarkan Program Studi**

Aspek	Fakultas	Frekuensi	Persentase
Program Studi	Bimbingan Konseling	3	5.5
	Pendidikan Bahasa Indonesia	5	9.1
	Pendidikan Bahasa Inggris	6	10.9
	Pendidikan Biologi	1	1.8
	Pendidikan Ekonomi	2	3.6
	Pendidikan Fisika	2	3.6
	Pendidikan Geografi	1	1.8
	Pendidikan Guru Paud	2	3.6
	Pendidikan Guru SD	2	3.6
	Pendidikan Kewarganegaraan	1	1.8
	Pendidikan Kimia	3	5.5
	Pendidikan Komputer	12	21.8
	Pendidikan Matematika	10	18.2
	Pendidikan Penjas	3	5.5
	Pendidikan Sejarah	2	3.6
<b>TOTAL</b>		<b>55</b>	<b>100%</b>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan tiga skala yang diukur yaitu kecemasan akademik, *impostor syndrome*, dan ketangguhan akademik, subjek penelitian yang terdiri dari 55 mahasiswa FKIP Universitas Mulawarman angkatan 2021 cenderung memiliki skor yang tinggi pada masing-masing variabel. Untuk skala kecemasan akademik, mean empirik 103,33 lebih tinggi dari mean hipotetik 87,5, menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kecemasan akademik yang tinggi, dengan 45,5% subjek berada di kategori tinggi dan 25,5% di kategori sangat tinggi.

Pada skala impostor syndrome, mean empirik 97,07 juga lebih tinggi dari mean hipotetik 80, menunjukkan tingkat impostor syndrome yang tinggi. Sebanyak 60% subjek berada di kategori tinggi dan 25,5% di kategori sangat tinggi. Untuk ketangguhan akademik, mean empirik 83,75 lebih besar dari mean hipotetik 72,5, menunjukkan bahwa subjek memiliki ketangguhan akademik yang relatif baik, dengan 36,4% subjek berada di kategori tinggi dan 20% di kategori sangat tinggi. Kecenderungan keseluruhan menunjukkan bahwa mahasiswa FKIP angkatan 2021 memiliki kecemasan akademik dan impostor syndrome yang tinggi, namun juga menunjukkan ketangguhan akademik yang kuat.

#### 1. Uji Asumsi Normalitas

Pada hasil uji asumsi normalitas, semua variabel, baik, kecemasan akademik, *impostor syndrome*, dan ketangguhan akademik menunjukkan nilai p kurang dari 0.05, yaitu p = 0.000 untuk kecemasan akademik, p = 0.014 untuk *impostor syndrome*, dan p = 0.009 untuk ketangguhan akademik. Ini menunjukkan bahwa sebaran data ketiga variabel tersebut tidak normal.

## 2. Uji Asumsi Linearitas

Dari hasil uji linearitas, didapati bahwa hubungan antara kecemasan akademik dengan *impostor syndrome* serta kecemasan akademik dengan ketangguhan akademik keduanya menunjukkan nilai F hitung yang lebih kecil daripada F tabel, dengan nilai p lebih dari 0.05 ( $p = 0.415$  dan  $p = 0.193$ , masing-masing). Hal ini menandakan bahwa hubungan antara variabel-variabel tersebut bersifat linear.

## 3. Uji Asumsi Multikolinearitas

Pengujian multikolinearitas bertujuan untuk mendeteksi adanya korelasi signifikan antar variabel independen dalam model regresi. Berdasarkan hasil uji, nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 3.045 dan toleransi sebesar 0.328 untuk kedua variabel menunjukkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas, karena nilai-nilai tersebut berada dalam rentang yang dapat diterima.

## 4. Uji Asumsi Heteroskedastisitas

Hasil uji menunjukkan bahwa nilai t hitung untuk variabel *impostor syndrome* dan ketangguhan akademik lebih besar dari t tabel, dengan nilai p yang lebih besar dari 0.05. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat masalah heteroskedastisitas dalam model regresi.

## 5. Analisis Regresi Model Penuh

Dalam analisis regresi model penuh, variabel *impostor syndrome* dan ketangguhan akademik menunjukkan nilai F hitung sebesar 57.826 dengan nilai  $R^2 = 0.690$  dan  $p = 0.000$ . Ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki pengaruh signifikan terhadap kecemasan akademik, dan hipotesis utama penelitian diterima. Nurhikma dan Nuqul (2020) menjelaskan mengenai kaitan ketangguhan akademik terhadap *impostor syndrome* dan menjelaskan bahwa ketangguhan akademik sangat dibutuhkan untuk menekan atau mengurangi tingkat *impostor syndrome* yang terjadi.

## 6. Analisis Regresi Model Bertahap

Analisis regresi model bertahap menunjukkan bahwa *impostor syndrome* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan akademik dengan nilai beta ( $\beta$ ) = 0.590 dan  $p = 0.000$ . Ketangguhan akademik juga menunjukkan pengaruh positif yang signifikan terhadap kecemasan akademik dengan nilai beta ( $\beta$ ) = 0.275 dan  $p = 0.046$ . Kedua hipotesis minor tersebut juga diterima. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmadani dan Winarsih (2019) yang menjelaskan bahwa *impostor syndrome* dapat memengaruhi kecemasan akademik yang dimiliki oleh mahasiswa, hal ini terjadi karena ketika dihadapkan dalam situasi atau kondisi yang baru mahasiswa cenderung merasa tidak aman akan sekitarnya sehingga menimbulkan perasaan ragu akan kemampuan diri sendiri dan sering membandingkan diri dengan pencapaian mahasiswa lain.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah dan Satwika (2021), yang menyatakan bahwa stres akademik berpengaruh terhadap ketangguhan akademik mahasiswa. Stres akademik tersebut terkait dengan kecemasan akademik yang dialami oleh para mahasiswa, seperti yang dijelaskan oleh peneliti sebelumnya bahwa stres akademik muncul karena banyaknya tuntutan yang perlu diselesaikan oleh mahasiswa dalam ranah akademik sehingga timbul rasa cemas dan stresor tertentu karena khawatir akan ketidakmampuan mahasiswa untuk mencapai target tertentu. Oleh karena itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa ketangguhan akademik mampu memengaruhi kecemasan akademik, semakin tinggi ketangguhan yang dimiliki maka akan semakin rendah kecemasan akademik yang dialami oleh mahasiswa.

## 7. Analisis Multivariat Model Penuh

Uji analisis multivariat model penuh menunjukkan bahwa aspek-aspek variabel bebas seperti ketidakpercayaan terhadap keberhasilan, perbedaan persepsi, perilaku

merugikan diri sendiri, kontrol, komitmen, dan tantangan memiliki pengaruh signifikan terhadap aspek-aspek variabel tergantung yaitu kognitif, emosional, dan fisik. Nilai  $R^2$  masing-masing untuk aspek kognitif, emosional, dan fisik adalah 0.598, 0.608, dan 0.611, dengan nilai  $p = 0.000$ .

#### 8. Analisis Korelasi Parsial dan Regresi Model Akhir

Analisis korelasi parsial untuk aspek kognitif menunjukkan bahwa ketidakpercayaan terhadap keberhasilan, kontrol, dan komitmen berpengaruh signifikan terhadap kognitif dengan nilai  $R^2 = 0.585$ . Untuk aspek emosional, perbedaan persepsi dan perilaku merugikan diri sendiri terbukti memiliki pengaruh signifikan dengan nilai  $R^2 = 0.570$ . Untuk aspek fisik, beberapa variabel seperti ketidakpercayaan terhadap keberhasilan dan perilaku merugikan diri sendiri juga menunjukkan pengaruh yang signifikan.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa *impostor syndrome* dan ketangguhan akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Mulawarman. Analisis regresi model penuh menunjukkan nilai  $R^2$  sebesar 0.690, berarti 69% variasi kecemasan akademik dapat dijelaskan oleh kedua variabel ini, dengan pengaruh yang termasuk ke dalam kategori yang kuat (Sugiyono, 2019).

Secara keseluruhan, hasil analisis ini memberikan wawasan yang mendalam mengenai hubungan antara *impostor syndrome*, ketangguhan akademik, dan kecemasan akademik, serta aspek-aspek yang mempengaruhi setiap dimensi kecemasan pada mahasiswa FKIP Universitas Mulawarman.

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapat dari penelitian kali ini adalah sebagai berikut :

1. Diketahui bahwa *impostor syndrome* dan ketangguhan akademik memiliki pengaruh terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Mulawarman.
2. Ditemukan pengaruh *impostor syndrome* terhadap kecemasan akademik pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Mulawarman.
3. Ditemukan adanya pengaruh ketangguhan akademik terhadap kecemasan akademik pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Mulawarman.

Adapun saran yang bisa diambil dari penelitian ini untuk referensi penelitian selanjutnya adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)  
Bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki secara akademik dan mengembangkan kepribadian yang penuh dengan percaya diri agar dapat mengurangi resiko kecemasan akademik.
2. Bagi peneliti selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan populasi dan sampel yang lebih beragam agar dapat mendapatkan hasil yang lebih luas pula. Diharapkan pula peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan kembali alat ukur yang digunakan agar dapat lebih menggambarkan variabel penelitian yang diteliti

## REFERENSI

- Alim, N. F. R., Razak, A., & Jalal, N. M. (2023). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik siswa SMAN 5 Makassar. *Metapsikologi: Jurnal Ilmiah Kajian Psikologi*, 01(02), 2964–3880.

- Amanullah, S., & Shankar, R. R. (2020). The impact of covid-19 on physician burnout globally: a review. Dalam *healthcare (Switzerland)* (Vol. 8, Nomor 4). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040421>
- Antari, G. A., Devi, N. L. P., & Wiranata, I. G. (2021). Burnout pada perawat hemodialisis selama pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 213–226.
- Arsyad, M., & Sulistiyana, S. (2021). Pelatihan hardiness sebagai upaya pembentukan karakter tangguh (hardiness) dalam menghadapi pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlas*, 7(1). <https://doi.org/10.31602/jpaiuniska.v7i1.5348>
- Azizah, J. N., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid 19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 212-223.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (n.d.). Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. CV. Pustaka Ilmu.
- Hartanto, D., & Yuliani, S. (2019). *Statistik Riset Pendidikan Dilengkapi Analisis SPSS (1st ed.)*. Cahaya Firdaus.
- Hawley, K. (2019). Conspiracy theories, impostor syndrome, and distrust. *Philosophical Studies*, 176(4), 969–980. <https://doi.org/10.1007/s11098-018-1222-4>
- Jannah, M., Aprilia, E. D., Kumala, I. D., & Khatijatusshalihah, K. (2021). Ketangguhan akademik pada mahasiswa penerima bidikmisi. *Seurune*, 4(2), 232–247. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i2.22943>
- Kuppusamy, P. D. A., Heeranthi, ., Kangyan, C., How, L. K., Htay, M. N. N., Khobragade, S., Moe, S., & Soe, H. H. K. (2022). How impostor syndrome affects academic performance and leadership virtues among undergraduate clinical year medical students. *Asian Journal of Medicine and Health*, 172–180. <https://doi.org/10.9734/ajmah/2022/v20i1030517>
- Lluch-Sanz, C., Galiana, L., Doménech-Vañó, P., & Sansó, N. (2022). The impact of the covid-19 pandemic on burnout, compassion fatigue, and compassion satisfaction in healthcare personnel: a systematic review of the literature published during the first year of the pandemic. *Healthcare (Switzerland)*, 10(2). <https://doi.org/10.3390/healthcare10020364>
- Madigan, D. J., & Curran, T. (2021). Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educational Psychology Review*, 33(2), 387–405. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1>
- Maulana, K. R., & Rahmandani, A. (2019). Hubungan antara kecanduan game online dengan kecemasan akademik pada mahasiswa pemain game online di game center Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang. *Jurnal EMPATI*, 8(2), 486–490. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26506>
- Muslimah, A. I., Amalia, S. C., Jauharah, N. A., Kurniawati, Y., & Fadhilah, Q. A. (2022). Fenomena impostor syndrome pada mahasiswa berprestasi (mawapres) universitas islam “45” bekasi. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(1), 10–22.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Charakter: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/44550>
- Nurhikma, A., & Nuqul, F. L. (2020). Saat prestasi menipu diri: peran harga diri dan ketangguhan akademik terhadap impostor phenomenon. *INTUISI*, 12(2), 145–154. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i2.20614>

- Pressley, T. (2021). Factors contributing to teacher burnout during covid-19. *Educational Researcher*, 50(4), 325–327. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2006.07.015>
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*. Pascal Books.
- Putri, T. H., Masitoh, Z., & Khalid, F. (2023). Faktor yang mempengaruhi academic burnout pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(2), 379-386.
- Rohmadani, V. Z., & Winarsih, T. (2019). *Impostor syndrome* sebagai mediator hubungan antara religiusitas dengan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa baru. *Jurnal Psikologi Integratif Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga*, 7(2), 122–130.
- Rudiyanto, R., Purnamasari, A., & Barata, B. P. (2023). Studi korelasional self-efficacy dan burnout syndrome perawat ruang kritis pada masa pandemi covid-19. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(2), 187-193.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d*. ALFABETA, CV.
- Walker, D. L., & Saklofske, D. H. (2022). Development, factor structure, and psychometric validation of the impostor phenomenon assessment: a novel assessment of impostor phenomenon. *Assessment*. <https://doi.org/10.1177/10731911221141870>
- Weißenfels, M., Klopp, E., & Perels, F. (2022). Changes in teacher burnout and self-efficacy during the covid-19 pandemic: interrelations and e-learning variables related to change. *Frontiers in Education*, 6. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.736992>