

**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI
KOGNITIF UNTUK MENGURANGI FENOMENA *IMPOSTOR*
MAHASISWA**

TESIS

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh
gelar Magister Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling



Oleh
Mutiara Aqilla Tasya
NIM. 2208273

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024**

**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI
KOGNITIF UNTUK MENGURANGI FENOMENA *IMPOSTOR*
MAHASISWA**

Oleh
Mutiara Aqilla Tasya

S.Pd Universitas Negeri Padang, 2022

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd) pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Mutiara Aqilla Tasya
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

**MUTIARA AQILLA TASYA
NIM. 2208273**

**KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI
KOGNITIF UNTUK MENGURANGI FENOMENA *IMPOSTOR*
MAHASISWA**

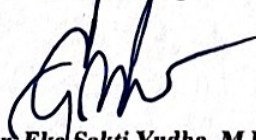
disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



**Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd
NIP. 196606011991031005**

Pembimbing II



**Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd
NIP. 198308292010121004**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia**



**Dr. Ipah Saripah, M.Pd
NIP. 197710142001122001**

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena *Impostor* Mahasiswa” beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atas pengutipan yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juli 2024
Yang Membuat Pernyataan,



Mutiara Aqilla Tasya
NIM. 2208273

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji dan syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul “Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena *Impostor* Mahasiswa”. Shalawat beserta salam tak lupa disampaikan untuk junjungan Nabi Besar Muhammad SAW.

Penyusunan tesis ini merupakan kajian mengenai konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*. Fenomena *impostor* merupakan sebuah fenomena unik yang terjadi pada individu berprestasi tinggi dan para akademisi. Pada para akademisi fenomena *impostor* dapat mempengaruhi pengembangan identitas akademik serta penurunan kemampuan dalam melakukan tugas yang diharapkan. Pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif diberikan kepada mahasiswa untuk membantu mengedukasi serta mengurangi fenomena *impostor*.

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam pemberian layanan di Perguruan Tinggi terkhususnya untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa, serta memberikan kontribusi pada keilmuan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik, saran, dan bimbingan dari dosen pembimbing dan penguji untuk mengoptimalkan penulisan tesis ini. Akhir kata, peneliti mengucapkan terimakasih banyak semoga Allah mencatat sebagai sebuah kebaikan dari pihak yang terlibat dalam penulisan tesis ini.

Bandung, Juli 2024
Peneliti



Mutiara Aqilla Tasya
NIM. 2208273

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih atas bantuan dari berbagai pihak sehingga peneliti telah menyelesaikan tesis ini. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyelesaian tesis, khususnya kepada:

1. Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd., selaku dosen pembimbing I dan dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan dan bimbingan sejak awal penulisan hingga akhirnya peneliti dapat merampungkan tesis ini. Atas segala waktu, pikiran dan tenaga yang diberikan semoga Allah catatkan sebagai nilai kebaikan untuk Bapak. Semoga Bapak dan keluarga senantiasa diberikan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan dalam hidupnya.
2. Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., selaku dosen pembimbing II yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, motivasi, dan semangat untuk menyelesaikan tesis ini, senantiasa memberikan kemudahan dalam proses bimbingan. Semoga Allah memberikan keberkahan selalu untuk Bapak dan keluarga.
3. Prof. Dr. Uman Suherman AS., M.Pd., Dr. Ipah Saripah, M.Pd., dan Drs. Sudaryat Nurdin Ahmad, M.Pd., yang telah bersedia meluangkan waktu dan pikirannya untuk memvalidasi dan memberikan saran dalam pengembangan instrumen penelitian.
4. Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd., Dr. Setiawati, M.Pd., dan Dr. Ilfiandra, M.Pd., yang telah bersedia meluangkan waktu dan pikirannya untuk melakukan validasi rasional dan memberikan saran terhadap program konseling kelompok yang dirumuskan peneliti.
5. Ibu Fiji dan Bapak Rahardian, selaku tenaga kependidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling yang selalu membantu memenuhi segala kebutuhan administrasi dalam penyelesaian tesis.
6. Segenap pimpinan dan staf Program Studi Bimbingan dan Konseling, yang telah memberikan berbagai kemudahan selama menempuh studi di BK FIP UPI.

7. Kepala Program Studi Pendidikan Biologi UPI, yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian beserta Bapak dan Ibu staf yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi.
8. Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2023/2024, yang telah bersedia bekerjasama dan meluangkan waktunya dalam mengikuti kegiatan penelitian.
9. Ayahanda H. Usnedi, Ibunda Hj. Nursiah beserta seluruh anggota keluarga yang selalu memberi dukungan baik secara materi maupun non materi, doa dan motivasi kepada peneliti dalam setiap perjalanan hidup agar diberi kelancaran dan kemudahan.
10. Para sahabat yang telah memberikan dukungan serta motivasi hingga peneliti menumbuhkan semangat dalam menyelesaikan tesis dan studi perkuliahan ini.
11. Pihak-pihak yang tidak peneliti sebutkan satu demi satu, yang telah memberikan bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan tesis ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini tidak lepas dari berbagai kesalahan. Semoga apa yang telah dilakukan senantiasa Allah SWT mencatat segala kebaikan sebagai amal ibadah serta memberikan balasan yang berlipat ganda. Aamin Ya Rabbal alamiin.

Bandung, Juli 2024
Peneliti



Mutiara Aqilla Tasya
NIM. 2208273

ABSTRAK

Mutiara Aqilla Tasya (2024). *Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena Impostor Mahasiswa.* Pembimbing: Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd., dan Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia.

Fenomena *impostor* merupakan ketidakpercayaan individu mengenai kecerdasan dan kompetensinya sehingga menimbulkan pandangan bahwa orang lain salah dalam menilai dirinya yang ditandai dengan *fake*, *discount*, dan *luck subscales*. Upaya yang dapat membantu mengatasi fenomena *impostor* adalah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: (1) profil fenomena *impostor* mahasiswa, (2) rumusan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa, serta (3) menguji kelayakan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed method* dengan desain *the embedded design*. Partisipan penelitian berjumlah 593 dengan sampel yang diambil sebanyak 10 mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2023/2024 dipilih berdasarkan kriteria. Instrumen yang digunakan adalah “instrumen fenomena *impostor*” dengan menggunakan skala model Likert dan wawancara. Data kualitatif dianalisis dengan analisis tematik dan data kuantitatif dianalisis dengan teknik statistika deksriptif serta statistika inferensial dengan metode uji statistik non parametrik *Wilcoxon*. Temuan penelitian menunjukkan bahwa: (1) fenomena *impostor* mahasiswa sebagian besar berada pada kategori *frequently have*, (2) rumusan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif dinyatakan valid untuk dilaksanakan dilapangan, dan (3) konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif teruji kelayakannya untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa. Implikasi bagi Bimbingan dan Konseling dapat mengimplementasikan pemberian layanan konseling kelompok di Perguruan Tinggi dengan menyesuaikan *need assessment* mahasiswa.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Restrukturisasi Kognitif, Fenomena Impostor*

ABSTRACT

Mutiara Aqilla Tasya (2024). *Group Counseling with Cognitive Restructuring Techniques to Reduce Students Impostor Phenomenon.* Advisors: Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd., and Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., Master of Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Education. Universitas Pendidikan Indonesia.

The impostor phenomenon is an individual's lack of confidence about his intelligence and competence, leading to the perception that others are wrong in their assessment of themselves, which is characterized by fake, discount, and luck subscales. The effort that can help overcome the impostor phenomenon is the provision of group counseling services with cognitive restructuring techniques. This study aims to analyze: (1) profile of the student impostor phenomenon, (2) formulating of group counseling programs with cognitive restructuring techniques to reduce the student impostor phenomenon, and (3) test the feasibility of group counseling with cognitive restructuring techniques to reduce the student impostor phenomenon. This research uses a mixed method approach with the embedded design. The research participants totaled 593 with a sample of 10 students of Universitas Pendidikan Indonesia in the academic year 2023/2024 selected based on criteria. The instruments used were "impostor phenomenon instruments" using Likert model scales and interviews. Qualitative data were analyzed using thematic analysis, and quantitative data were analyzed using descriptive statistics and inferential statistics with the nonparametric Wilcoxon. The findings reveal that: (1) impostor phenomenon of students are mostly in the frequently have category, (2) the formulation of group counseling programs with cognitive restructuring techniques is declared valid to be implemented in the field, and (3) group counseling with cognitive restructuring techniques tested its feasibility to reduce the phenomenon of student impostors. Implications for guidance and counseling can implement the provision of group counseling services in college institutions by adjusting the need assessment of students.

Keywords: Group Counseling, Cognitive Restructuring, Impostor Phenomenon

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Struktur Organisasi Tesis.....	9
BAB II KONSEP KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENGURANGI FENOMENA IMPOSTOR	11
2.1 Fenomena <i>Impostor</i>	11
2.1.1 Perkembangan Fenomena <i>Impostor</i>	11
2.1.2 Definisi Fenomena <i>Impostor</i>	12
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Fenomena <i>Impostor</i>	13
2.1.4 Dimensi Fenomena <i>Impostor</i>	15
2.1.5 Karakteristik Individu Fenomena <i>Impostor</i>	16
2.1.6 Alat Ukur Fenomena <i>Impostor</i>	17
2.2 Konsep Konseling Kelompok	19
2.2.1 Definisi Konseling Kelompok.....	19
2.2.2 Tujuan Konseling Kelompok	20
2.2.3 Struktur Konseling Kelompok.....	21
2.2.4 Tahap-tahap Konseling Kelompok.....	22
2.3 Konsep Restrukturisasi Kognitif.....	25

2.3.1	Definisi Restrukturisasi Kognitif.....	25
2.3.2	Tujuan Restrukturisasi Kognitif	26
2.3.3	Tahapan Restrukturisasi Kognitif.....	27
2.3.4	Kelebihan Restrukturisasi Kognitif.....	29
2.3.5	Indikator Keberhasilan Restrukturisasi Kognitif.....	29
2.4	Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	30
2.5	Penelitian Terdahulu	32
2.6	Kerangka Berpikir.....	33
2.7	Asumsi Penelitian	35
2.8	Hipotesis	35
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	36
3.1	Paradigma Penelitian	36
3.2	Pendekatan dan Desain Penelitian	37
3.3	Partisipan Penelitian.....	38
3.3.1	Populasi Penelitian	39
3.3.2	Sampel Penelitian	39
3.4	Definisi Operasional Variabel.....	41
3.4.1	Definisi Konseptual Fenomena <i>Impostor</i>	41
3.4.2	Definisi Operasional Fenomena <i>Impostor</i>	42
3.5	Pengembangan Instrumen Penelitian.....	43
3.5.1	Kuesioner.....	43
3.5.1.1	Kisi-Kisi Kuesioner Fenomena <i>Impostor</i>	44
3.5.1.2	Pedoman Skoring.....	45
3.5.1.3	Interpretasi Skala Fenomena <i>Impostor</i>	45
3.5.1.4	Uji Kelayakan Kuesioner.....	47
3.5.1.5	Uji Coba Empiris Kuesioner.....	49
3.5.2	Wawancara	53
3.6	Pengembangan Rumusan Program Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	55
3.6.1	Penyusunan Draf Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif	55
3.6.2	Uji Rasional Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif	56

3.7	Prosedur Penelitian	57
3.7.1	Tahap Persiapan	57
3.7.2	Tahap Pelaksanaan	58
3.7.3	Tahap Pelaporan	59
3.8	Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		60
4.1	Hasil Penelitian	60
4.1.1	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia	60
4.1.1.1	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia	60
4.1.1.2	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Konseli pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol	62
4.1.2	Rumusan Program Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	64
4.1.2.1	Komponen Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	64
4.1.2.2	Program Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	67
4.1.3	Kelayakan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	85
4.1.3.1	Uji Perbedaan Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	85
4.1.3.2	Uji Perbedaan Rata-rata Hasil <i>Post-test</i> dan <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	86
4.1.3.3	Perubahan Fenomena <i>Impostor</i> pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	91
4.1.3.4	Implementasi Program Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	92
4.1.3.5	Analisis Individu dalam Implementasi Program Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	105
4.2	Pembahasan.....	122

4.2.1 Pembahasan Profil Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia	122
4.2.2 Pembahasan Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	126
4.2.3 Pembahasan Kelayakan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	127
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	130
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	131
5.1 Simpulan	131
5.2 Rekomendasi.....	132
DAFTAR PUSTAKA	133
LAMPIRAN.....	144
RIWAYAT HIDUP	279

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Pretest-Posttest Nonequivalent Group</i>	38
Tabel 3.2	Partisipan Penelitian.....	39
Tabel 3.3	Sampel Penelitian.....	40
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrumen Fenomena <i>Impostor</i>	44
Tabel 3.5	Pilihan Jawaban dan Pedoman Penyebaran Instrumen Fenomena <i>Impostor</i>	45
Tabel 3.6	Kategorisasi Skoring Instrumen Fenomena <i>Impostor</i>	45
Tabel 3.7	Pedoman Penafsiran.....	46
Tabel 3.8	Hasil Uji Rasional Instrumen.....	48
Tabel 3.9	Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i>	52
Tabel 3.10	Kriteria Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> dalam <i>Rasch Model</i>	52
Tabel 3.11	Pedoman Wawancara.....	54
Tabel 3.12	Hasil Uji Rasional	57
Tabel 4.1	Profil Umum Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa	61
Tabel 4.2	Frekuensi Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Berdasarkan Kategori.....	61
Tabel 4.3	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Kelompok Eksperimen	63
Tabel 4.4	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Kelompok Kontrol	63
Tabel 4.5	Deskripsi Komponen Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i>	65
Tabel 4.6	Sasaran Penyebaran Instrumen Fenomena <i>Impostor</i>	72
Tabel 4.7	Deskripsi Kebutuhan Berdasarkan Profil Setiap Indikator Fenomena <i>Impostor</i>	74
Tabel 4.8	Profil Konseli yang diberikan Layanan	75
Tabel 4.9	Format <i>Dysfunctional Thoughts Record</i> (DTR).....	79
Tabel 4.10	Indikator Keberhasilan Intervensi Tahapan Teknik Restrukturisasi Kognitif	80
Tabel 4.11	Rencana Operasional (<i>Action Plan</i>) Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2023/2024.....	82

Tabel 4.12 Indikator Keberhasilan Intervensi Setiap Sesi Teknik Restrukturisasi Kognitif	84
Tabel 4.13 Hasil Uji Kelayakan Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif	86
Tabel 4.14 Hasil Uji Perbedaan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol pada Setiap Aspek	87
Tabel 4.15 Perbandingan Rata-rata Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Setiap Aspek....	88
Tabel 4.16 Hasil Uji Perbedaan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol pada Setiap Indikator.....	88
Tabel 4.17 Perbandingan Rata-rata Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Setiap Indikator	90
Tabel 4.18 Hasil <i>Worksheet</i> DPM.....	96
Tabel 4.19 Hasil <i>Worksheet</i> DAH.....	100

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 <i>Embedded Design: Embedded Experimental Model</i>	38
Gambar 3.2 Uji Ketepatan Skala.....	49
Gambar 3.3 Diagram Ketepatan Skala.....	50
Gambar 3.4 Uji Validitas Item dengan <i>Rasch Model</i>	51
Gambar 3.5 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner.....	52
Gambar 3.6 Hasil Uji Dimensionalitas	53
Gambar 3.7 Proses Penyusunan Program Layanan.....	56
Gambar 4.1 Uji <i>Wilcoxon</i> Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	85

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Berdasarkan Aspek.....	62
Grafik 4.2	Profil Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa Berdasarkan Aspek.....	73
Grafik 4.3	Rata-rata Tiap Aspek Fenomena <i>Impostor</i> Mahasiswa	74
Grafik 4.4	Perubahan Skor Fenomena <i>Impostor</i> pada Kelompok Eksperimen ..	91
Grafik 4.5	Perubahan Skor Fenomena <i>Impostor</i> pada Kelompok Kontrol.....	91
Grafik 4.6	Perubahan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> DAH.....	105
Grafik 4.7	Perubahan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> DPM.....	109
Grafik 4.8	Perubahan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> HH.....	112
Grafik 4.9	Perubahan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> MNS.....	115
Grafik 4.10	Perubahan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> ZKA	119

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1: ADMINISTRASI PENELITIAN.....	145
LAMPIRAN 2: PENGOLAHAN DATA	152
LAMPIRAN 3: INSTRUMEN DAN PROGRAM.....	160
LAMPIRAN 4: INTERVENSI	239

DAFTAR PUSTAKA

- Addae-Konadu, K., Carlson, S., Janes, J., GeCSI, K., & Stephenson-Famy, A. B. (2022). Am I Really Qualified To Be Here: Exploring The Impact Of Impostor Phenomenon On Training And Careers In OB/GYN Medical Education. *Journal of Surgical Education*, 79(1), 102–106. <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2021.08.013>.
- Aflatin, T., & Martanlah, S. M. (1998). Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 3(6), 66–79.
- Afradipta, D. (2021). Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Gejala Kecemasan pada Wanita yang Mengalami Premenopause. *PROCEDIA*, 9(1), 35–40.
- Amalia, N. R., Sinring, A., & Asdar, M. (2023). Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Teknik Restrukturisasi Kognitif. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(3), 194–203. <https://doi.org/https://doi.org/10.31970/pendidikan.v5i3.899>.
- Aminullah, A., Ramli, M., & Hidayah, N. (2018). Teknik Restrukturisasi Kognitif dan Problem Based Coping untuk Menurunkan Stres Akademik Siswa: Studi Komparatif. *Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 3(2).
- Andriyastuti, N., & Supriatnaningsih, R. (2020). Analisis Kesulitan Mahasiswa Prodi Pendidikan Bahasa Jepang UNNES dalam Mengungkapkan Pendapat pada Mata Kuliah Kaiwa Enshuu Kegiatan Talkshow. *Chi'e: Journal of Japanese Learning and Teaching*, 8(2), 92–97.
- Apriatama, D., Romiaty, R., Idha, S. Al, Anisah, W. N., & Maulida, R. (2022). Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Harga Diri Santri. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6281–6288. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3229>.
- Arfifi, I. T. (2023). Hubungan Dukungan Emosional dan Kecerdasan Adversitas dengan Ketidakberdayaan Pada Mahasiswa. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Asiah. (2014). Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Mereduksi Stres Akademik Mahasiswa. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Astuti, L. P., & Hermawan, R. (2021). Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa. *Coution: Journal of Counseling and Education*, 2(1), 10–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.47453/coution.v2i1.257>.

- Ati, E. S., Kurniawati, Y., & Nurwanti, R. (2015). Peran Impostor Syndrome dalam Menjelaskan Kecemasan Akademis Pada Mahasiswa Baru. *Mediapsi*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.21776/ub.mps.2015.001.01.1>.
- Badawy, R. L., Gazdag, B. A., Bentley, J. R., & Brouer, R. L. (2018). Are All Impostors Created Equal? Exploring Gender Differences in The Impostor Phenomenon-performance Link. *Personality and Individual Differences*, 131, 156–163. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.044>.
- Beck, J. S. (2012). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Publications.
- Bedwell, B. J. (2022). *Overcoming the Imposter Phenomenon: Exploring the Strategies Secondary Educators Used to Cope During the COVID-19 Pandemic*. University of Massachusetts Global.
- Bieling, P. J., McCabe, R. E., & Antony, M. M. (2022). *Cognitive-behavioral Therapy in Groups*. Guilford Publications.
- Boone, W. J., Staver, J. R., & Yale, M. S. (2013). *Rasch Analysis in The Human Sciences*. Springer Science & Business Media.
- Boyatzis, R. E. (1998). *Transforming Qualitative Information: Thematic Analysis and Code Development*. Sage.
- Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., Nelson, R. S., Cokley, K. O., & Hagg, H. K. (2020). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. In *Journal of General Internal Medicine* (Vol. 35, Issue 4, pp. 1252–1275). Springer. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>.
- Bruch, M. A., Mattia, J. I., Heimberg, R. G., & Holt, C. S. (1993). Cognitive Specificity in Social Anxiety and Depression: Supporting Evidence and Qualifications due to Affective Confounding. *Cognitive Therapy and Research*, 17(1), 1–21.
- Bussotti, C. (1990). *The Impostor Phenomenon: Family Roles and Environment*. . Georgia State Univeristy-College of Arts and Sciences.
- Casselmann, S. E. (1992). *The Impostor Phenomenon in Medical Students: Personality Correlates and Developmental Issues*. Old Dominion University.
- Chakraverty, D. (2020). The Impostor Phenomenon Among Postdoctoral Trainees in STEM: A Us-based Mixed-methods Study. *International Journal of Doctoral Studies*, 15, 329–352. <https://doi.org/10.28945/4589>.
- Chan, D. W. (2010). Healthy and Unhealthy Perfectionists Among Academically Gifted Chinese Students in Hong Kong: Do Different Classification Schemes Make a Difference?. *Roeper Review*, 32(2), 88–97.
- Cisco, J. (2020). Exploring The Connection Between Impostor Phenomenon and Postgraduate Students Feeling Academically-unprepared. *Higher Education Research and Development*, 39(2), 200–214. <https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1676198>.

- Clance, P. R. (1985). *The Impostor Phenomenon: Overcoming The Fear That Haunts Your Success*. Peachtree Pub Limited.
- Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The Impostor Phenomenon in High Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention. *PSYCHOTHERAPY: THEORY, RESEARCH AND PRACTICE*, 15.
- Clance, P. R., & O'Toole, M. A. (2014). *The Impostor Phenomenon: An Internal Barrier to Empowerment and Achievement*. Routledge.
- Cohen, E. D., & McConnell, W. R. (2019). Fear of Fraudulence: Graduate School Program Environments and The Impostor Phenomenon. *The Sociological Quarterly*, 60(3), 457–478.
- Cokley, K., Stone, S., Krueger, N., Bailey, M., Garba, R., & Hurst, A. (2018). Self-esteem as a Mediator of The Link Between Perfectionism and The Impostor Phenomenon. *Personality and Individual Differences*, 135, 292–297. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.032>.
- Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Group Counseling*. Cengage Learning.
- Cormier, L. S., Nurius, P., & Osborn, C. J. (2009). *Interviewing and Change Strategies for Helpers: Fundamental Skills and Cognitive Behavioral Interventions*. Cengage Learning.
- Cowman, S. E., & Ferrari, J. R. (2002). “Am I For real?” Predicting Impostor Tendencies From Self-handicapping and Affective Components. *Social Behavior and Personality*, 30(2), 119–125. <https://doi.org/10.2224/sbp.2002.30.2.119>.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research 4th Edition*. Pearson.
- Creswell, J. W., & Clark, V. L. P. (2006). *Designing and Conducting Mixed Methods Research*. Sage Publications, Inc.
- Damayanti, R., & Nurjannah, P. A. (2016). Pengaruh Konseling Kognitif Perilaku dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif terhadap Harga Diri Peserta Didik Kelas VIII Di MTs N 2 Bandar Lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 219–232. <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli>.
- Dobson, D., & Dobson, K. S. (2009). *Evidence-based Practice of Cognitive Behavioral Therapy*. The Guilford Press. .
- Dudău, D. P. (2014). The Relation Between Perfectionism and Impostor Phenomenon. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 127, 129–133. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.226>.
- Edwards, P. W., Zeichner, A., Lawler, N., & Kowalski, R. (1987). *Psychotherapy A Validation Study of The Harvey Impostor Phenomenon Scale*. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0085712>.
- Ekasari, A., Japar, M., & Kurniati, A. (2021). Efektivitas Konseling Kelompok CBT Teknik Restrukturisasi Kognitif dan REBT Teknik Self Talk untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Remaja.

- Erford, B. T. (2016). 40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor. Pustaka Pelajar.
- Fahira, U. D. (2020). Family Relationship, Generalized Anxiety, dan Trait Kepribadian Big-five terhadap Impostor Phenomenon pada Mahasiswa Tahun Pertama dan Kedua. UIN Syarif Hidayatullah.
- Fandrayani, A., Tanudjaja, B. B., & Kurniawan, D. (2021). Perancangan Model Website Interaktif untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran terhadap Impostor Syndrome. In Seminar Nasional Psikologi UM, 1(1), 90–102.
- Fitri, D. (n.d.). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 64–73.
- Fried-Buchalter, S. (1992). Fear of Success, Fear of Failure, and The Impostor Phenomenon Among Male and Female Marketing Managers. *Sex Roles*, 37(11), 847–859.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2016). Teori- teori Psikologi. Ar- ruzz Media.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2011). Bimbingan dan Konseling. Pustaka Pelajar.
- Gladding, S. T. (2012). *Groups: A Counseling Specialty*. Pearson.
- Graceltya, T., & Harlina. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 46–52.
- Granieri, A., Franzoi, I. G., & Chung, M. C. (2021). Editorial: Psychological Distress Among University Students. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 12). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647940>.
- Habsy, B. A. (2018). Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavior untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa SMP. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 33(1), 15–26.
- Habsy, B. A., & Suryoningsih, M. (2022). Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Self-efficacy Karir Siswa SMK, Efektifkah? *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 6(2), 46–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/bikotetik.v6n2.p46-51>.
- Hartinah, S. (2010). *Perkembangan Peserta Didik*. Refika Aditama.
- Hartmann, A., Ludwin, K., & Rodriguez, K. (2005). *These Feelings Have a Name: Impostor Phenomenon*. University of Northern Colorado.
- Harum, A. (2022). Peningkatan Self Esteem Siswa Melalui Kombinasi Teknik Restrukturisasi Kognitif dan Visualisasi. *JCOSE (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 5(1), 1–12.
- Harvey, J. C. (1981). *The Impostor Phenomenon an Achievement: A Failure to Internalize Success*. . University Microfilms International.

- Harvey, J. C., & Katz, C. (1985). *If I'm So Successful, Why Do I Feel Like A Fake? The Impostor Phenomenon*. St. Martin's Press.
- Hastuti, D. (2016). Strategi Pengembangan Harga Diri Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 2(2).
- Hawley, K. (2019). I—What Is Impostor Syndrome? *Aristotelian Society Supplementary Volume*, 93(1), 203–226. <https://doi.org/10.1093/arisup/akz003>.
- Henning, K., Ey, S., & Shaw, D. (1998). Perfectionism, The Impostor Phenomenon and Psychological Adjustment in Medical, Dental, Nursing and Pharmacy Students. *Medical Education*, 32(5), 456–464. <https://doi.org/https://doi.org/10.1046/j.1365-2923.1998.00234.x>.
- Holmes, S. W., Kertay, L., Adamson, L. B., Holland, C. L., & Clance, P. R. (1993). Measuring the Impostor Phenomenon: A Comparison of Clance's IP Scale and Harvey's I-P Scale. *Journal of Personality Assessment*, 60(1), 48–59. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6001_3.
- Houser, R. A. (2020). *Counseling and Educational Research Evaluation and Application 4th Edition*. Sage Publication.
- Hunt, J. L. (2020). *Unlocking Your Authentic Self: Overcoming Impostor Syndrome, Enhancing Self-confidence, and Banishing Self-doubt*. Jennifer Hunt, MD.
- Hutchins, H. M. (2015). Outing the Imposter: A Study Exploring Imposter Phenomenon among Higher Education Faculty. *New Horizons in Adult Education & Human Resource Development*, 27(2), 3–12.
- Hutchins, H. M., & Rainbolt, H. (2017). What Triggers Imposter Phenomenon Among Academic Faculty? A Critical Incident Study Exploring Antecedents, Coping, and Development Opportunities. *Human Resource Development International*, 20(3), 194–214. <https://doi.org/10.1080/13678868.2016.1248205>.
- Indira, L., & Ayu, M. (2021). Hubungan Authoritarian Parenting dengan Impostor Syndrome pada Mahasiswa Salah Jurusan. In *INTENSI: Jurnal Psikologi* (Vol. 1, Issue 1).
- Ireel, A. M., Elita, Y., & Mishbahuddin, A. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa Kelas VII SMP N 22 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 1–10.
- Jöstl, G., Bergsmann, A., Lüftenegger, M., Schober, B., & Spiel, C. (2012). *hen Will They Blow My Cover? The Impostor Phenomenon Among Austrian Doctoral Students*. *Zeitschrift Fu'r Psychologie*, 220(2), 109–120.
- Karekia, M., Georiou, N., Panayiotou, G., Sandoz, E. K., Kurz, A. S., & Constantinou, M. (2020). Cognitive Restructuring vs Defusion: Impact on Craving, Healthy and Unhealthy food intake. *Eating Behaviors*, 37(101385).
- Kartadinata, S. (2011). *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pedagogis*. UPI PRESS.

- Kets De Vries, M. (2005). The Dangers of Feeling Like a Fake. *Harvard Business Review*, 83(9). www.hbr.org.
- Khairani, Y., & Ifdil, I. (2015). Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(4), 208–214.
- King, J. E., & Cooley, E. L. (1995). Achievement Orientation and The Impostor Phenomenon among College Students. *Contemporary Educational Psychology*, 20(3), 304–312.
- Kivunja, C., & Kuyini, A. B. (2017). Understanding and Applying Research Paradigms in Educational Contexts. *International Journal of Higher Education*, 6(5), 26–41.
- Knights, D., & Clarke, C. A. (2014). It's a Bittersweet Symphony, this Life: Fragile Academic Selves and Insecure Identities at Work. *Organization Studies*, 35(3), 335–357. <https://doi.org/10.1177/0170840613508396>.
- Kolligian, J., & Sternberg, R. J. (1991). Perceived Fraudulence in Young Adults: Is There an Impostor Syndrome? *Journal of Personality Assessment*, 56(2), 308–326.
- Kumar, S., & Jagacinski, C. M. (2006). Imposters Have Goals too: The Imposter Phenomenon and its Relationship to Achievement Goal Theory. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 147–157.
- Kurnanto, E. (2013). *Konseling Kelompok*. ALFABETA.
- Lane, J. A. (2015). The Imposter Phenomenon Among Emerging Adults Transitioning into Professional Life: Developing a Grounded Theory. *Adultspan Journal*, 14(2), 114–128.
- Langford, J. (1990). *The Need to Look Smart: The Impostor Phenomenon and Motivations for Learning*. Georgia State University-College of Arts and Sciences.
- Langford, J., & Clance, P. R. (1993). The Impostor Phenomenon: Recent Research Findings Regarding Dynamics, Personality and Family Patterns and Their Implications for Treatment. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 20(3), 495–501.
- Latipun. (2001). *Psikologi Konseling*. UMM Press.
- Lavinda, N. (2023). *Perancangan Website mengenai Impostor Syndrome*. Universitas Multimedia Nusantara.
- Leary, M. R., Patton, K. M., Orlando, A. E., & Funk, W. W. (2000). The Impostor Phenomenon: Self-Perceptions, Reflected Appraisals, and Interpersonal Strategies. *Journal of Personality*, 68(4), 725–756.
- Leong, F. (2008). Positivist Paradigm. *Encyclopedia of Counseling*, 45523.
- Liu, S., Wei, M., & Russell, D. (2023). Effects of a Brief Self-compassion Intervention for College Students with Impostor Phenomenon. *Journal of Counseling Psychology*, 70(6), 711–724.
- Lumongga, D. N. (2017). *Konseling kelompok*. Kencana.

- Mak, K. K., Kleitman, S., & Abbott, M. J. (2019). Impostor Phenomenon Measurement Scales: a Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 10.
- Matson, J. L., & T. H. O. (1988). *Enhancing Children's Social Skill: Assessment and Training*. Pergamon Press. .
- Matthews, G., & Clance, P. R. (1985). Treatment of The Impostor Phenomenon in Psychotherapy Clients. *Psychotherapy in Private Practice*, 3(1), 71–81.
- Mattie, C., Gietzen, J., Davis, S., & Prata, J. W. (2008). The Impostor Phenomenon: Self-Assessment and Competency to Perform as A Physician Assistant in The United States. *The Journal of Physician Assistant Education*, 19(1), 5–12.
- McGregor, L. N., Gee, D. E., & Posey, K. E. (2008). I Feel Like a Fraud and It Depresses me: The Relation Between The Impostor Phenomenon and Depression. *Social Behavior and Personality*, 36(1), 43–48.
- McLeod, J. (2008). *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Kencana.
- McWilliams, D., Block, M., Hinson, J., & Kier, K. L. (2023). Impostor Phenomenon in Undergraduate and Doctor of Pharmacy Students at a Small Private University. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 87(1), ajpe8728. <https://doi.org/https://doi.org/10.5688/ajpe8728>.
- Merchant, N. M., & Yozamp, C. J. (2014). *Groups in Community and Agency Settings*. SAGE Publications.
- Metz, C. J., Ballard, E., & Metz, M. J. (2020). The Stress of Success: An Online Module to Help First-year Dental Students Cope with The Impostor Phenomenon. *Journal of Dental Education*, 84(9), 1016–1024. <https://doi.org/10.1002/jdd.12181>.
- Natawidjaja, R. (2007). *Konseling Kelompok: Konsep Dasar dan Pendekatan*. Rizqi.
- Nulti, N. (2016). Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kemandirian Siswa . Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nurimbawan, I. (2019). Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 3(2), 64–71.
- Nurkia, S., & Sulkify. (2020). Penerapan Teknik Konseling Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jambura Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 14–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.37411/jgcj.v1i1.133>.
- Nurmalasari, Y., & Yustiana, R. Y. (2016). Efektivitas Restrukturisasi Kognitif dalam Menangani Stres Akademik Siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 75–89.
- Oemarjoedi, A. K. (2003). *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Kreatif Media.

- Orbé-Austin, L., & Orbé-Austin, R. (2020). *Own Your Greatness: Overcome Impostor Syndrome, Beat Self-Doubt, and Succeed in Life*. . Simon and Shuster.
- Parkman, A. (2016). The Imposter Phenomenon in Higher Education: Incidence and Impact. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 16(1), 51–60.
- Patzak, A., Kollmayer, M., & Schober, B. (2017). Buffering Impostor Feelings with Kindness: The Mediating Role of Self-compassion Between Gender-role Orientation and The Impostor Phenomenon. *Frontiers in Psychology*, 8(JUL). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01289>.
- Pennebaker, J. W., & Smyth, J. M. (2016). *Opening Up by Writing It Down: How Expressive Writing Improves Health and Eases Emotional Pain*. Guilford Publication.
- Pietrofesa, J. P., Bernstein, B., Minor, J., & Stanford, S. (1980). *Guidance An Introduction*. Rand Mc Nally College Publishing Company.
- Pratama, M. F. D. (2021). Impostor Phenomenon pada Mahasiswa Tahun Pertama: Bagaimana Peranan Konsep Diri Akademis dan Achievement Goals?
- Prayitno. (2004). *Seri Kegiatan Pendukung L1-L9*. UNP.
- Prayitno. (2012). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*. Rineka Cipta.
- Putranto, A. K. (2016). *Aplikasi Cognitive Behavior dan Behavior Activation dalam Intervensi Klinis*. Grafindo Books Media.
- Putri, F. E., Setiawati, & Yudha, E. S. (2016). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sintetik Untuk Meningkatkan Kreativitas Peserta Didik:(Studi Pra-Eksperimen terhadap Peserta Didik Kelas VII SMP Al-Falah Dago Bandung Tahun Ajaran 2015/2016). Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rahmawati, W. K. (2016). Keefektifan Peer Support untuk Meningkatkan Self Discipline Siswa SMP. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2(1), 15–21. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>.
- Rani, R. K., Sugiharto, D. Y. P., & Sugiyo, S. (2022). Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dengan Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Self-Esteem pada Siswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 44–48. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.155>.
- Ratnasari, I., & Meiyuntariningsih, T. (2022). Restrukturisasi Kognitif untuk Menangani Pola Pikir Negatif Pada Remaja. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 3(1), 13–23. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30984/jiva.v3i1.2032>.
- Rhomadonah, S. A., Abdurrahman, M. R., Bokasa, M. D., Hidayat, I., Khoirunnisa, M., & Asmara, A. (2023). Analisis Impostor Syndrome dalam Aspek Religiositas terhadap Waqf Behavior Mahasiswa IPB dengan Pendekatan Ebbinghaus Forgetting Curve. *AL-MUZARA'AH*, 11(2), 187–199. <https://doi.org/10.29244/jam.11.2.187-199>.

- Rimm, S. B., Siegle, D., & Davis, G. A. (2018). *Education of The Gifted and Talented*. MA: Pearson.
- Risianti, D. H., & Fathurrochman, I. (2020). *Penilaian Konseling Kelompok*. Deepublish.
- Rohrmann, S., Bechtoldt, M. N., & Leonhardt, M. (2016). Validation of The Impostor Phenomenon Among Managers. *Frontiers in Psychology*, 7(JUN). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00821>.
- Rosenstein, A., Raghu, A., & Porter, L. (2020). Identifying The Prevalence of The Impostor Phenomenon Among Computer Science Students. *SIGCSE 2020 - Proceedings of the 51st ACM Technical Symposium on Computer Science Education*, 30–36. <https://doi.org/10.1145/3328778.3366815>.
- Rosenthal, S., Schlüssel, Y., Yaden, M. B., DeSantis, J., Traves, K., Pohl, C., & Hojat, M. (2021). Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students a systematic review and meta-analysis. In *JAMA - Journal of the American Medical Association* (Vol. 53, Issue 2, pp. 118–122). American Medical Association. <https://doi.org/10.1001/jama.2016.17324>.
- Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah: Metode, Teknik, dan Aplikasi*. UPI Press.
- Sakulku, J., & Alexander, J. (2011). The Impostor Phenomenon. *Journal of Behavioral Science*, 6(1), 75–97.
- Salam, N. H. Z. (2022). Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Self-esteem Pada Siswa di SMK Negeri 3 Makassar . Universitas Negeri Makassar.
- Saputra, W. N. E. (2017). Effectiveness of Cognitive Restructuring Technique to Reduce Academic Procrastination of Vocational High School Students. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 2(1), 6. <https://doi.org/10.23916/002017025510>.
- Saragih, M., Silitonga, E., Sinaga, T. R., & Mislika, M. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 73–77.
- Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and Gifted Adolescents. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 183–196.
- September, A. N., McCarrey, M., Baranowsky, A., Parent, C., & Schindler, D. (2001). The Relation Between Well-Being, Impostor Feelings, and Gender Role Orientation Among Canadian University Students. *The Journal of Social Psychology*, 141(2), 218–232.
- Siddiqui, Z. K., Church, H., Jayasuriya, R., Boddice, T., & Tomlinson, J. (2023). Educational Interventions for Imposter Phenomenon: A Scoping Review. *Research Square*, 1–24. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-3439327/v1>.
- Sightler, K. W., & Wilson, M. G. (2001). Correlates of The Impostor Phenomenon Among Undergraduate Entrepreneurs. *Psychological Reports*, 88(3), 679–689.

- Sims, W. L., & Cassidy, J. W. (2019). Impostor Phenomenon Responses of Early Career Music Education Faculty. *Journal of Research in Music Education*, 67(1), 45–61. <https://doi.org/10.1177/0022429418812464>.
- Sonnak, C., & Towell, T. (2001). The Impostor Phenomenon in British University Students: Relationships between Self-esteem, Mental Health, Parental Rearing Style and Socioeconomic Status. *Personality and Individual Differences*, 31(2001), 863–874.
- Steinberg, J. A. (1987). Clinical Interventions with Women Experiencing The Impostor Phenomenon. In *Women and Therapy* (Vol. 5, Issue 4, pp. 19–26). https://doi.org/10.1300/J015V05N04_04.
- Steinberg, L. (2019). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Sternberg, R. J. (1995). *In Search of The Human Mind*. Harcourt Brace.
- Sugiharto, D. (2012). Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(2), 74–80. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Afabeta.
- Sumintono, B., & Widhiarso. (2015). *Aplikasi Pemodelan RASCH pada Assessment Pendidikan*. Trim Komunika.
- Sumirta, N., Rasdini, I. A., & Candra, I. W. (2019). Intervensi Kognitif terhadap Kecemasan Remaja Paska Erupsi Gunung Agung. *Jurnal Gema Keperawatan*, 12(2), 96–102.
- Theresia, A., Sugianto, D., Sinaga, N., Ismau, A. G. P., Oktafiani, R., Wynne D, & Chandrakusuma. (2023). Pelatihan Mengelola Impostor Phenomenon pada Orang Muda Afiliasi Kolektif Menjadi Manusia. *Devotion: Jurnal Pengabdian Psikologi*, 2(1), 20–25.
- Thompson, T., Foreman, P., & Martin, F. (2000). Impostor Fears and Perfectionistic Concern Over Mistakes. *Personality and Individual Differences*, 629–647. www.elsevier.com/locate/paid.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Raja Grafindo Persada.
- Topping, M. , E. (1983). *The Impostor Phenomenon: A Study of Its Construct and Incidence in University Faculty Members*. University of South Florida.
- Topping, M. E. H., & Kimmel, E. B. (1985). *The Impostor Phenomenon: Feeling Phony*. *Academic Psychology Bulletin*, 1.
- Tyas, T. H. (2020). *Psikolog UGM Paparkan Fakta Impostor Syndrome* (Ika, Ed.). Universitas Gajah Mada.
- Van Tassel-Baska, J., Cross, T. L., & Olenchak, F. R. (2021). *Social-emotional Curriculum with Gifted and Talented Students*. Routledge.
- Van Teffelen, M. W., Voncken, M. J., Peeters, F., Mollema, E. D., & Lobbstaël, J. (2021). Imagery-Enhanced Cognitive Restructuring of Hostile Beliefs: A Narrative Description. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(3), 625–634.

- Vernon, A., & Erford, B. (2004). Using cognitive behavioral techniques. *Professional School Counseling: A Handbook of Theories, Programs, and Practices*, 91–99.
- Vinnicombe, S., & Singh, V. (2002). Women-only Management Training: An Essential Part of Women's Leadership Development. *Journal of Change Management*, 3(4), 294–306.
- Whitman, M. V, & Shanine, K. K. (2012). Revisiting the Impostor Phenomenon: How Individuals Cope with Feelings of Being in Over Their Heads. In *The Role of The Economic Crisis on Occupational Stress and Well Being*. In *The Role of The Economic Crisis on Occupational Stress and Well Being*, 177–212. [https://doi.org/https://doi.org/10.1108/S1479-3555\(2012\)0000010009](https://doi.org/https://doi.org/10.1108/S1479-3555(2012)0000010009).
- Wibowo, M. E. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. UPT UNNES PRES.
- Wulandari, A. D., & Tjundjing, S. (2007). Impostor Phenomenon, Self-Esteem, dan Self-Efficacy. *Indonesian Psychological Journal*, 23(1), 63–73.
- Young, V. (2004). How to Feel As Bright and Capable As Everyone Seems to Think You Are: Strategies to Help Students. *Women in Engineering ProActive Network*.
- Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Prendamedia Grup.
- Yusuf, S. (2019). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Rosdakarya.
- Yusuf, S., Budiman, N., Yudha, E. S., Suryana, D., & Yusuf, S. M. J. B. (2021). Rasch Analysis of the Indonesian Mental Health Screening Tools. *The Open Psychology Journal*, 14(1), 198–203. <https://doi.org/10.2174/1874350102114010198>.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2016). *Landasan Bimbingan & Konseling*. Remaja Rosdakarya.
- Zanchetta, M., Junker, S., Wolf, A. M., & Traut-Mattausch, E. (2020). “Overcoming the Fear That Haunts Your Success” – The Effectiveness of Interventions for Reducing the Impostor Phenomenon. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00405>.
- Zorn, D. (2005). Academic Culture Feeds The Impostor Phenomenon. *Academic Leader*, 21(8), 1–8.