

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I menampilkan pendahuluan penelitian yang telah dilaksanakan. Pendahuluan terdiri dari beberapa bagian yang menjelaskan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Proses pendidikan yang berlangsung di universitas sering menjadi sebuah tekanan bagi para mahasiswa. Banyaknya tekanan akademik membuat mahasiswa saling berlomba-lomba untuk menjadi yang terbaik. Peraih nilai tinggi dan tingkat pendidikan yang diraih menjadi bukti adanya persaingan di antara mahasiswa dalam dunia pendidikan (Hartmann et al., 2005). Menghadapi berbagai tantangan dan persaingan tersebut, diharapkan mahasiswa memiliki tingkat harga diri dan penerimaan diri yang tinggi atas kemampuan dan kecerdasannya (Yusuf, 2019), serta memiliki kebutuhan pemenuhan harga diri di bidang pendidikan, khususnya dalam usaha menyelesaikan studi pendidikan (Sternberg, 1995).

Harga diri atau *self-esteem* dimaknai sebagai cara individu menilai dirinya sebagai seseorang yang memiliki kemampuan, keberartian, nilai, dan kompetensi (Hastuti, 2016). Harga diri adalah bagian penting dalam meningkatkan keberhasilan seseorang, baik dalam bidang akademik maupun aspek kehidupan lainnya (Hartinah, 2010). Individu dengan harga diri tinggi memiliki kehidupan yang lebih positif, tegas, menghargai diri sendiri, dan yakin terhadap masa depan. Tingginya harga diri membantu individu menghindari gangguan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan batin (L. Steinberg, 2019). Sedangkan harga diri rendah akan menumbuhkan suatu fenomena yang disebut dengan *impostor* (Granieri et al., 2021; Harvey, 1981; Sonnak & Towell, 2001; Steinberg, 1987; Topping & Kimmel, 1985).

Fenomena *impostor* terjadi ketika seseorang menyangkal keberhasilan yang diperoleh (Matthews & Clance, 1985). Fenomena *impostor* didefinisikan sebagai pengalaman internal seseorang terkait kepalsuan intelektual di mana individu merasa curang dan tidak berharga atas apa yang telah dicapai meskipun ada bukti

objektif keberhasilan dalam bentuk prestasi akademik atau profesional (Clance, 1985). Individu *impostor* cenderung tidak mempercayai kemampuan dan kecerdasannya, serta mengabaikan pencapaian yang telah dimiliki. Individu menganggap hasil yang diraih merupakan sebuah keberuntungan, kesalahan dalam penilaian, penampilan yang mendukung, kerja keras berlebihan (*overwork*), hingga peran orang lain (Clance & Imes, 1978).

Fenomena *impostor* memiliki siklus yang berulang disebut dengan “siklus *impostor*”. Siklus *impostor* dimulai ketika seseorang menerima tugas atau tantangan baru, mengalami kecemasan tinggi, kemudian melakukan persiapan yang berlebihan dengan menunda pekerjaan sampai mendekati batas waktu. Setelah itu, meraih kesuksesan dan mendapatkan pujian serta penghargaan, merasa lega dan puas untuk sementara waktu tetapi keyakinan terhadap kemampuan dirinya tidak meningkat (Clance & Imes, 1978). Siklus yang berulang dapat mengakibatkan individu *impostor* mengalami mimpi buruk atau menderita insomnia, mengalami gejala fisik, hingga mengalami kekecewaan, ketakutan, dan depresi (Clance, 1985). Keberhasilan menjadi hal penting bagi seorang *impostor* meskipun perasaan ragu terhadap kemampuannya masih terus bermunculan. Sebab kegagalan dalam menyelesaikan tugas akan lebih memalukan bagi dirinya (Thompson et al., 2000).

Individu yang mengalami fenomena *impostor* seringkali energik, cerdas, dan pekerja keras (Clance & Imes, 1978; Thompson et al., 2000). Individu *impostor* termotivasi dalam konteks akademik untuk terlihat cerdas (*performance goal*) (Langford & Clance, 1993). Perasaan untuk menjadi yang terbaik dan istimewa membuat seorang *impostor* harus bekerja keras dalam memenuhi hal tersebut. Sikap maladaptif ini yang kemudian menyebabkan para *impostor* memiliki ketakutan akan kegagalan, ketidakpercayaan bahwa orang lain menganggapnya mampu, dan memiliki rasa bersalah atas keberhasilan (Sightler & Wilson, 2001). Individu yang mengalami fenomena *impostor* cenderung merasa sangat malu jika mengalami kegagalan dalam mencapai tujuannya (Patzak et al., 2017), sehingga perasaan tersebut dapat menimbulkan stres dan membuat terjadinya penundaan tugas (*prokrastinasi*).

Fenomena *impostor* mempengaruhi kesejahteraan psikologi seseorang, seperti pekerjaan, akademik, hubungan interpersonal, atau kemampuan untuk

mencapai aktualisasi diri (Dudău, 2014). Selain itu, fenomena *impostor* juga berdampak kepada para akademisi seperti menimbulkan rasa tidak percaya diri, mempengaruhi pengembangan identitas akademik, penurunan produktivitas penelitian, dan penurunan kemampuan dalam melakukan tugas yang diharapkan (Hutchins & Rainbolt, 2017; Knights & Clarke, 2014). Bagi individu *impostor*, keinginan untuk terlihat terbaik dan istimewa dimata orang lain menjadi beban tersendiri. Perasaan ingin menjadi terbaik dan istimewa kemudian mempengaruhi rasa cemas para individu *impostor*.

Dampak psikologis lain yang dirasakan individu *impostor* yaitu mengalami tekanan untuk memenuhi harapan orang lain terhadap dirinya, serta kekhawatiran akan kemungkinan dipermalukan dan dianggap tidak berharga oleh orang lain saat menghadapi kegagalan. Kekhawatiran akan kegagalan dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti kecemasan, keraguan diri, frustrasi, penurunan rasa percaya diri, dan gejala depresi (Clance, 1985; Langford & Clance, 1993). Penelitian lain melaporkan bahwa fenomena *impostor* berhubungan positif dengan *self-esteem* (Cokley et al., 2018), kecemasan (Addae-Konadu et al., 2022), stress (Rohrmann et al., 2016), serta kekuatan ingatan seseorang (Rhomadonah et al., 2023). Artinya, fenomena *impostor* ini dapat memberikan dampak negatif pada kehidupan seseorang.

Pada awalnya fenomena *impostor* hanya dialami oleh wanita berprestasi tinggi saja (Clance & Imes, 1978), kemudian penelitian selanjutnya mengungkapkan bahwa fenomena *impostor* dapat terjadi pada laki-laki dan wanita (Badawy et al., 2018; Harvey & Katz, 1985; Holmes et al., 1993; Matthews & Clance, 1985), dan terjadi pada individu dengan pekerjaan yang berbeda seperti pelajar (Young, 2004), mahasiswa (Bussotti, 1990; Harvey, 1981; Langford, 1990), akademisi (Sims & Cassidy, 2019; M., E. Topping, 1983), mahasiswa kedokteran (Henning et al., 1998), manajer pemasaran (Fried-Buchalter, 1992), dan asisten dokter (Mattie et al., 2008). Semakin tinggi gelar akademik yang dicapai, semakin menguatkan individu mengalami fenomena *impostor* (Clance & Imes, 1978).

Tidak hanya para akademisi saja yang mengalami fenomena *impostor*. Penelitian Harvey (1981) menunjukkan bahwa 70% dari semua manusia pernah mengalami fenomena *impostor* di beberapa titik dalam hidup mereka. Beberapa

penelitian luar lebih menekankan bahwa kelompok mahasiswa umumnya sering mengalami fenomena *impostor*. Penelitian McWilliams, Block, Hinson, & Kier (2023) melaporkan secara keseluruhan mahasiswa farmasi memperoleh skor fenomena *impostor* sebesar 69,27. Penelitian Sullivan & Ryba (2020) pada mahasiswa farmasi juga memperoleh hasil sebanyak 57,5% mahasiswa diidentifikasi sebagai *impostor*. Penelitian Boyle dkk., (2022) menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa apoteker dan farmasi ditemukan memiliki skor fenomena *impostor* yang termasuk dalam klasifikasi “sedang” atau “sering”.

Fenomena *impostor* ternyata tidak hanya dialami oleh mahasiswa luar melainkan dialami juga oleh mahasiswa di Indonesia. Studi pendahuluan pada mahasiswa baru Universitas Pendidikan Indonesia menunjukkan 88% mahasiswa dikategorikan berpotensi mengalami fenomena *impostor have intense* dan 12% berpotensi *frequently have*. Beberapa diantaranya menyatakan mengalami gejala seperti sedih, kecewa, marah, stres, tertekan, hingga malas untuk mengerjakan tugas dan mengikuti perkuliahan. Perasaan tersebut muncul ketika dirinya merasa tidak berguna, tidak memiliki kemampuan apapun, serta tidak memiliki keyakinan atas pencapaian yang sudah diraih.

Fandrayani, Tanudjaja, & Kurniawan (2021) melaporkan 49% mahasiswa di Surabaya mengalami fenomena *impostor*. Pratama (2021) menemukan 41,1% dari mayoritas partisipan mahasiswa mengalami fenomena *impostor*. Ati, Kurniawati, & Nurwanti (2015) mengungkapkan 33,75% mahasiswa baru termasuk dalam kategori *impostor* tinggi, sementara 36,9% berada dalam kategori sedang. Wulandari & Sia (2007) mencatat 29,8% mahasiswa tergolong sebagai *impostor*. Nuhikma (2019) mengindikasikan tingkat *impostor* di kalangan mahasiswa berada dalam kategori sedang sebesar 74,9%. Maryam (2023) menyoroti aspek-aspek fenomena *impostor* yang signifikan bagi mahasiswa, dengan rincian *fake* sebesar 52,68%, *luck* sebesar 16,70%, dan *discount* sebesar 30,59%.

Puncak terjadinya fenomena *impostor* di kalangan mahasiswa disebabkan meningkatnya tuntutan akan kompetensi diri, dukungan sosial yang tidak konsisten, stigma negatif terkait kegagalan, serta persaingan akademis yang sangat kompetitif dan penuh tekanan (Hutchins, 2015; Jöstl et al., 2012). Mengalami fenomena *impostor* menjadi hal normal bagi mahasiswa ketika mampu untuk tidak terjebak

dan berputar pada siklus *impostor*. Fenomena *impostor* yang menetap dapat menimbulkan berbagai masalah seperti hilangnya semangat untuk berprestasi, merasa dijauhkan dari lingkungan sosial (Matthews & Clance, 1985), mengalami kecemasan dan gangguan emosional (Whitman & Shanine, 2012), kesehatan fisik dan mental yang buruk (Bravata et al., 2020), serta menurunkan komitmen untuk meraih tujuan yang salah satunya adalah penyelesaian studi di perguruan tinggi (Rosenstein et al., 2020).

Mengingat dampak fenomena *impostor* sangat besar terhadap mahasiswa, sehingga perlu adanya intervensi eksternal untuk mendukung dan mengurangi fenomena *impostor* (McWilliams et al., 2023). Penelitian terdahulu melakukan intervensi dengan pembuatan modul pelatihan online (Fandrayani et al., 2021; Lavinda, 2023; Metz et al., 2020), pembinaan (Zanchetta et al., 2020), teman sebaya (Bedwell, 2022), dan penggunaan teori *Conservation of Resources Theory (COR)* (Whitman & Shanine, 2012). Keseluruhan intervensi dinyatakan efektif dalam mengurangi fenomena *impostor*, tetapi sebagian besar hanya berfokus pada satu aspek seperti peningkatan pengetahuan atau pembinaan. Intervensi yang lebih baik untuk mengurangi fenomena *impostor* yaitu menggabungkan berbagai bentuk dan pengaturan intervensi. Intervensi harus melibatkan keseluruhan, baik penyampaian pengetahuan secara optimal, pembinaan, hingga penumbuhan kesadaran bahwa individu lain juga merasakan dampak dari fenomena *impostor* (Zanchetta et al., 2020).

Berdasarkan tinjauan literatur yang telah dikumpulkan, peneliti tertarik menerapkan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif sebagai upaya intervensi dalam mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa. Pemberian teknik restrukturisasi kognitif direkomendasikan untuk membantu mengatasi permasalahan fenomena *impostor* (Rohrmann et al., 2016). Teknik restrukturisasi kognitif merupakan salah satu teknik dalam *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* (Habsy, 2018), yang memandang bahwa manusia memiliki satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan antara perilaku dan kognitif. Pola pikir manusia terbentuk melalui rangkaian stimulus, kognisi, dan respons yang bersama-sama membentuk jaringan dalam otak manusia. Proses kognitif menjadi faktor penentu dalam memahami cara individu berpikir, merasa dan bertindak (Putranto, 2016).

Penerapan teknik restrukturisasi kognitif menjadi kunci utama dalam mengurangi fenomena *impostor* dengan berfokus pada ketercapaian respons emosional individu yang lebih baik melalui perubahan kebiasaan penilaian negatif menjadi lebih positif, objektif, dan tidak terlalu bias (Erford, 2016). Pemilihan teknik restrukturisasi kognitif didasarkan pada latar belakang fenomena *impostor* yang dipengaruhi oleh pemikiran irasionalitas, ketidakmampuan untuk memahami keadaan sebenarnya, pola pikir yang tidak fleksibel, takut terhadap hal baru, dan persepsi yang salah mengenai keadaan diri. Restrukturisasi kognitif diharapkan membantu individu *impostor* belajar melihat sudut padangan yang berbeda, mengubah pemikiran yang keliru dan mendasar, serta mengantinya dengan pemikiran yang lebih positif, realistis, dan rasional (Ireel et al., 2018), dengan menunjukkan bukti yang bertolak dengan keyakinannya terhadap masalah yang dihadapi (Oemarjoedi, 2003).

Sedangkan penerapan konseling kelompok bertujuan untuk mengurangi perasaan *impostor* individu melalui dukungan emosional yang diciptakan antar anggota kelompok. Konseling kelompok dapat membantu mengembangkan pemahaman, kesadaran, sikap, keyakinan, dan perilaku yang tepat dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Natawidjaja, 2007). Pengaktifan dinamika kelompok memiliki peran yang sangat penting (Prayitno, 2012), tekhususnya dalam penurunan fenomena *impostor*. Individu *impostor* memerlukan dukungan emosional yang diberikan orang lain (Bedwell, 2022) untuk menyadari bahwa dirinya tidak sendiri (Sims & Cassidy, 2019), serta membantu mengingatkan pemikiran-pemikiran negatif yang timbul dalam diri individu *impostor*.

Beberapa penelitian terdahulu memperkuat adanya bukti bahwa teknik restrukturisasi efektif untuk menangani pola pikir negatif (Ratnasari & Meiyuntariningsih, 2022) dan peningkatan *self-esteem* (Amalia et al., 2023; Apriatama et al., 2022; Damayanti & Nurjannah, 2016; Harum, 2022; Rani et al., 2022; Salam, 2022). Konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif disimpulkan menjadi intervensi yang cocok diterapkan dalam membantu mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa. Konseling kelompok diterapkan sebagai upaya pemberian dukungan antar anggota kelompok (Gladding, 2012). Sedangkan pada teknik restrukturisasi kognitif sebagai upaya pembenahan

kognitif yang menyimpang (Rusmana, 2019), menjadi lebih adaptif atau sesuai (Damayanti & Nurjannah, 2016) dengan ditampilkan pada ketercapaian respons emosional individu yang lebih positif (Erford, 2016).

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Permasalahan utama terjadinya fenomena *impostor* dikarenakan cara berfikir individu yang salah. Individu *impostor* mengalami kesalahan dalam menilai dirinya sendiri (Hawley, 2019; Kets De Vries, 2005). Kecenderungan tidak mempercayai kemampuan dan kecerdasannya menjadi kunci permasalahan dari fenomena *impostor* (Clance & Imes, 1978). Fenomena *impostor* bukanlah klasifikasi dari diagnosis melainkan sekelompok pikiran, perilaku, dan perasaan yang berkumpul bersama untuk menciptakan *impostor* dan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kehidupan sehari-hari. Fenomena *impostor* berdampak pada fungsi emosional, dengan melibatkan perasaan cemas, rendah diri, depresi, dan frustrasi akibat pemikiran dan perilaku yang dihasilkan (Orbé-Austin & Orbé-Austin, 2020).

Fenomena *impostor* juga mengalami disfungsi utama, yaitu (a) memiliki emosi negatif kuat dan mengalami kesulitan dengan pengaturan diri emosional, (b) memiliki pemikiran negatif mengenai diri, (c) memiliki pendekatan yang salah dalam beradaptasi terhadap tantangan dan resiko, (d) membangun citra diri yang baik kepada orang luar, dan (e) tidak menyukai pujian dan kritik orang lain (Hunt, 2020). Pada mahasiswa fenomena *impostor* yang berlangsung lama bisa berdampak pada timbulnya stress (Rohrmann et al., 2016), kemudian kehilangan motivasi intrinsik (Matthews & Clance, 1985) dan akhirnya mengurangi komitmen untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi (Rosenthal et al., 2021).

Besarnya dampak fenomena *impostor* yang terjadi mengharuskan adanya sebuah intervensi pada mahasiswa *impostor*. Berbagai intervensi untuk mengurangi fenomena *impostor* ditemukan pada beberapa penelitian terdahulu, seperti menekankan kepada upaya pembuatan modul pelatihan online (Fandrayani et al., 2021; Lavinda, 2023; Metz et al., 2020), intervensi melalui pembinaan (Zanchetta et al., 2020), teman sebaya (Bedwell, 2022), dan penggunaan teori *Conservation of Resources Theory (COR)* (Whitman & Shanine, 2012). Keseluruhan intervensi hanya memfokuskan pada perubahan pola pikir individu *impostor* yang salah.

Intervensi lainnya yang dianggap efektif dalam mengurangi fenomena *impostor* yaitu konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif.

Dukungan emosional dan perubahan pola pikir menjadi kunci dalam penerapan intervensi konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif. Individu *impostor* memerlukan dukungan emosional dalam upaya pengentasannya (Bedwell, 2022). Penerapan layanan konseling kelompok sebagai upaya dalam menumbuhkan dukungan tersebut melalui interaksi aktif antar kelompok dalam membahas penyelesaian masalah (Gladding, 2012). Sedangkan penerapan teknik restrukturisasi kognitif sebagai upaya dalam mengubah permasalahan yang berakar pada penyimpangan kognitif (Afradipta, 2021; Aminullah et al., 2018; Karekia et al., 2020; Saputra, 2017; Van Teffelen et al., 2021). Namun, belum terdapat pengujian terkait intervensi konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*.

Berdasarkan penjabaran identifikasi masalah yang telah dijelaskan di atas, dapat dipahami rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Konseling Kelompok dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif dapat Mengurangi Fenomena *Impostor* mahasiswa?”. Berdasarkan rumusan tersebut, maka pertanyaan penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana profil fenomena *impostor* mahasiswa?
- b. Bagaimana rumusan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa?
- c. Apakah program konseling kelompok dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif layak dalam mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan utama penelitian adalah untuk mendapatkan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif yang telah diuji layak untuk mengurangi fenomena *impostor* pada mahasiswa. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah untuk:

- a. Mendeskripsikan data mengenai profil fenomena *impostor* mahasiswa.
- b. Menyusun rumusan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa.

- c. Menguji kelayakan konseling kelompok dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak, antara lain:

a. Manfaat Teoretis

Adapun manfaat teoritis dalam penelitian ini, yaitu:

1. Perolehan hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan sumbangasih bagi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Penelitian ini diharapkan menjadi rujukan, literatur bagi peneliti selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi konselor, perolehan hasil penelitian dapat bermanfaat untuk menambah informasi, pemahaman, dan keterampilan dalam memberikan bantuan kepada mahasiswa melalui konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*.
2. Bagi peneliti selanjutnya, perolehan hasil penelitian dapat bermanfaat sebagai bahan kajian dasar untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait fenomena *impostor*.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Struktur organisasi tesis memiliki 5 (lima) bab yang diuraikan secara keseluruhan di setiap bab, sebagai berikut:

BAB I menampilkan pendahuluan, dengan membahas; (1) Latar belakang penelitian; (2) Identifikasi dan rumusan masalah; (3) Tujuan penelitian; (4) Manfaat penelitian; dan (5) Struktur organisasi tesis.

BAB II menampilkan konsep konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*, dengan membahas; (1) Fenomena *impostor* (Perkembangan fenomena *impostor*, definisi fenomena *impostor*, faktor yang mempengaruhi fenomena *impostor*, dimensi fenomena *impostor*, karakteristik individu fenomena *impostor*, alat ukur fenomena *impostor*); (2) Konsep konseling kelompok (Definisi konseling kelompok, tujuan konseling kelompok, tahap-tahap konseling kelompok); (3) Konsep restrukturisasi kognitif

(Definisi restrukturisasi kognitif, tujuan restrukturisasi kognitif, tahapan restrukturisasi kognitif, tahapan restrukturisasi kognitif, indikator keberhasilan restrukturisasi kognitif); (4) Konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi *fenomena* impostor; (5) Penelitian terdahulu; (6) Kerangka berpikir; (7) Asumsi Penelitian, dan (8) Hipotesis.

BAB III menampilkan metodologi penelitian, dengan membahas; (1) Paradigma penelitian; (2) Pendekatan dan desain penelitian; (3) Partisipan penelitian (Populasi penelitian, sampel penelitian); (4) Definisi operasional (Definisi konseptual fenomena *impostor*, definisi operasional fenomena *impostor*); (5) Pengembangan instrumen penelitian (Kuesioner, wawancara); (6) Pengembangan rumusan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* (Penyusunan draf konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*, uji rasional konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*; (7) Prosedur penelitian (Tahap persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan), dan (8) Teknik analisis data.

BAB IV menampilkan hasil penelitian dan pembahasan, dengan membahas; (1) Hasil penelitian (Profil fenomena *impostor* mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia, rumusan program konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*, kelayakan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*); (2) Pembahasan (Pembahasan profil fenomena *impostor* mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia, pembahasan penerapan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor* mahasiswa, pembahasan kelayakan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk mengurangi fenomena *impostor*); dan (3) Keterbatasan penelitian

BAB V menampilkan simpulan dan rekomendasi, dengan membahas; (1) Simpulan; dan (2) Rekomendasi. Simpulan adalah ringkasan dari tinjauan literatur dan temuan penelitian yang telah dilaksanakan. Rekomendasi penelitian ditujukan kepada konselor dan peneliti selanjutnya untuk melaksanakan lebih banyak penelitian dan mengembangkan layanan tambahan yang dapat digunakan untuk menangani berbagai masalah serta subjek *impostor*.