

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V memaparkan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil temuan yang dituangkan dalam simpulan dan menyajikan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian melalui implikasi penelitian.

5.1 Simpulan

Secara umum tingkatan *impostor phenomenon* pada mahasiswa program studi bimbingan dan konseling jenjang S-1 angkatan 2024 tahun ajaran 2024/2025 berada pada kategori sedang. Artinya, mahasiswa mengalami masalah dalam mempersepsikan dirinya, di mana mahasiswa tersebut terkadang melakukan kesalahan atribusi keberhasilan yang diraih berdasarkan faktor eksternal, bukan atas dasar kemampuan dirinya sendiri. Mahasiswa juga terkadang meragukan kemampuan dan kecerdasan yang dimilikinya, sehingga merasa tidak pantas atas keberhasilan yang diraihnya, serta mahasiswa terkadang mengecilkan arti keberhasilan dan penghargaan yang diperoleh. Mahasiswa pada kategori ini biasanya merasakan hal tersebut pada saat mencapai keberhasilan baru terutama dalam proses akademik.

Aspek *discount* lebih sering dirasakan oleh mahasiswa dari setiap kategori yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan dalam mengecilkan arti keberhasilan yang diraih dan cenderung menolak pujian atau penghargaan dari orang lain atas keberhasilan yang telah diraih. Selanjutnya disusul oleh aspek *fake* yang menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung meragukan kemampuan atau kecerdasan yang dimiliki dan merasa tidak pantas atas keberhasilan yang diraih, serta aspek *Luck* yang menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung melakukan kesalahan dalam mempersepsikan keberhasilan yang diraih yaitu berasal dari faktor eksternal, bukan karena kemampuan dirinya. Pada dasarnya mahasiswa pada setiap tingkatan kategori merasakan setiap aspeknya, namun hal yang membedakan yaitu frekuensi dan intensitas mahasiswa dalam merasakan dan mengalami *impostor phenomenon* ini. Semakin tinggi tingkatan kategori fenomena *impostor*, maka semakin tinggi pula intensitas serta frekuensinya dalam merasakan dirinya telah

Andini Anggraeni Suryadi, 2025

PROFIL IMPOSTOR PHENOMENON PADA MAHASISWA TINGKAT AWAL

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

menipu orang lain karena kemampuannya. Hal ini lambat laun akan menjadi suatu keyakinan yang dipercayai oleh mahasiswa tingkat awal.

Ditinjau berdasarkan jenis kelamin, ditemukan bahwa secara keseluruhan, perempuan lebih banyak mengalami fenomena *impostor*, hal tersebut dilihat dari hasil penelitian yang berada pada kategori tinggi hanya dialami oleh mahasiswa perempuan. Maka dari itu dapat dikatakan fenomena *impostor* cenderung lebih banyak dialami oleh perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Namun, tidak dapat dipungkiri jika fenomena *impostor* dapat dialami oleh siapa saja terlepas dari jenis kelaminnya.

Adapun rancangan layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan untuk mereduksi *impostor phenomenon* pada mahasiswa tingkat awal berdasarkan aspek-aspeknya dapat dijadikan alternatif dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling terutama pada mahasiswa tingkat awal. Rancangan layanan tersebut berupa bimbingan klasikal sebagai langkah awal yang dapat dilakukan dalam upaya untuk mereduksi *impostor phenomenon* dengan meningkatkan pemahaman dan kesadaran terkait dengan fenomena tersebut. Hal tersebut dikarenakan pengetahuan dan kesadaran individu mengenai *impostor phenomenon* merupakan hal yang penting, sehingga kondisi tersebut dapat ditangani dengan baik untuk mereduksi tekanan psikologis yang dirasakan agar tidak bertambah serta semakin berdampak buruk pada kualitas hidup individu terutama pada mahasiswa tingkat awal yang rentan mengalami fenomena *impostor* ini.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran *impostor phenomenon* pada mahasiswa tingkat awal yaitu mahasiswa program studi bimbingan dan konseling jenjang S-1 angkatan 2024 tahun ajaran 2024/2025, maka rekomendasi yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

1) Bagi Mahasiswa Tingkat Awal

Mahasiswa tingkat awal yang mengalami proses perubahan dan adaptasi baru rentan mengalami fenomena *impostor* ini, maka dari itu mahasiswa tingkat awal dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai dasar informasi agar dapat

menjadikannya pengetahuan baru agar dapat melakukan pencegahan dari fenomena *impostor phenomenon* ini terutama bagi diri sendiri.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengungkap fenomena *impostor* pada mahasiswa tingkat awal dengan sampel yang lebih besar dan mampu mengungkap perbandingan perasaan *impostor* mahasiswa dengan hasil kerja atau pencapaian yang lebih aktual. Kemudian diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengkaji fenomena *impostor* ini berdasarkan faktor lainnya.

