

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *impostor phenomenon* mahasiswa yang menerima Kartu Indonesia Pintar (KIP) di IAIN Kediri dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat dukungan sosial pada mahasiswa penerima KIP di IAIN Kediri angkatan 2021 mayoritas berada pada kategori rendah yakni 31,3%. Dukungan emosional menjadi aspek terendah dengan persentase 32,5%, diikuti oleh dukungan penghargaan 31%, dukungan instrumental 20,5%, dan dukungan informasional 16%. Rendahnya dukungan sosial ini dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu kebutuhan psikis (40%), kebutuhan sosial (35%), dan kebutuhan fisik (25%), dengan kebutuhan psikis menjadi faktor paling dominan yang membuat mahasiswa merasa kurang diperhatikan dan tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari lingkungan sekitarnya.
2. Tingkat *impostor phenomenon* pada mahasiswa penerima KIP di IAIN Kediri angkatan 2021 tergolong tinggi dengan presentase 34%. Aspek yang paling menonjol adalah keraguan terhadap kemampuan diri (*discount*) dengan rata-rata 45%, diikuti ketakutan akan kegagalan (*fake*) sebesar 35%, dan keyakinan bahwa keberhasilan hanya karena keberuntungan (*luck*) sebesar 20%. Faktor utama yang memengaruhi tingginya *impostor phenomenon* adalah lingkungan keluarga dengan kontribusi 50%, diikuti oleh kepribadian 35%, dan peran gender 15%. Hasil ini menunjukkan bahwa

sebagian besar mahasiswa merasa tidak layak atas pencapaiannya dan cenderung meragukan keberhasilan sendiri karena pengaruh pola asuh, tekanan internal, serta stereotip sosial yang membentuk persepsi negatif terhadap diri mereka.

3. Dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap *impostor phenomenon* pada mahasiswa penerima KIP angkatan 2021 di IAIN Kediri. Hasil uji F menunjukkan nilai F hitung sebesar $31,173 > F$ tabel 3,94 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Koefisien regresi sebesar -0,302 menunjukkan hubungan negatif, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *impostor phenomenon* yang mereka alami.

B. Saran

Dengan adanya keterbatasan dalam penelitian ini memberikan saran kepada peneliti selanjutnya dan pihak lain agar berupaya lebih baik lagi. Saran yang bisa diberikan dari pembahasan dan kesimpulan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa yang menerima KIP

Penting bagi individu untuk mulai mengidentifikasi dan memahami pola pikir yang mengarah pada *impostor phenomenon*. Membangun kesadaran akan pencapaian diri dan mengakui kontribusi pribadi terhadap keberhasilan dapat membantu mengurangi keraguan internal. Selain itu, individu disarankan untuk secara aktif menjalin hubungan sosial yang

sehat dan terbuka, di mana mereka dapat menerima dukungan emosional dan validasi dari orang-orang yang dipercaya.

2. Bagi Intitusi Agama Islam (IAIN) Kediri

Lembaga pendidikan dan tempat kerja diharapkan lebih proaktif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis individu. Penyediaan layanan konseling, pelatihan kepercayaan diri, serta program mentoring atau *peer support* sangat penting untuk membantu individu merasa dihargai dan diterima. Program-program ini juga dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas dukungan sosial yang diterima, sehingga menurunkan risiko munculnya *impostor phenomenon*.

3. Bagi keluarga dan lingkungan sosial

Keluarga dan lingkungan sosial berperan penting dalam membentuk persepsi diri individu sejak dini. Oleh karena itu, orang tua dan orang-orang terdekat disarankan untuk lebih memberikan pengakuan yang tulus terhadap usaha dan pencapaian individu, serta menghindari pola komunikasi yang terlalu menuntut atau membandingkan. Memberikan dukungan secara konsisten, baik secara emosional maupun instrumental, dapat menjadi pondasi kuat dalam membangun kepercayaan diri dan persepsi positif terhadap diri sendiri.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, terutama pada lingkup subjek dan variabel yang digunakan. Oleh karena itu, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin berkontribusi terhadap *impostor phenomenon*, seperti kepribadian, motivasi berprestasi, atau pola asuh. Selain itu, memperluas cakupan subjek penelitian ke populasi yang berbeda akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika *impostor phenomenon* dalam berbagai konteks sosial.