

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pada bagian bab terakhir ini, terdapat tiga tema diidentifikasi dalam hasil penelitian yakni (1) Perilaku yang mengarah *impostor syndrome*, (2) Dampak psikologis yang ditimbulkan dari *impostor syndrome*, dan (3) faktor yang dipengaruhi dari *impostor syndrome*. Hal ini bermula dari mahasiswa baru menghadapi peran barunya yang berubah dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi membuat mahasiswa baru kurang beradaptasi terhadap lingkungan kampus sehingga adanya rasa cemas yang terjadi terhadap akademik yang membuat mahasiswa baru memunculkan perasaan bahwa orang lain memiliki kemampuan yang lebih baik dibandingkan dirinya. Maka peristiwa ini munculah istilah *impostor syndrome*. Demikian hal ini membuat mahasiswa baru memiliki rasa ragu terhadap kemampuan, suka membandingkan kemampuannya dengan orang lain, serta menolak pujian. Adapun pengaruh yang kuat terhadap kedua partisipan saat mendapatkan pencapaian ialah factor eksternal dan factor internal. Faktor eksternal ialah dukungan yang diberikan oleh orang tua, teman-teman yang selalu memberi julukan dan dosen yang selalu rekomendasi. Selanjutnya faktor internal ialah kedua partisipan memiliki motivasi, minat, niat dan berinisiatif dalam mengerjakan tugas untuk mendapatkan prestasi.

B. Saran

Adapun saran pada penelitian ini adalah:

1. Bagi subjek penelitian

Diharapkan kepada subjek penelitian untuk bisa mengurangi kecemasan akademik. Namun, apabila tidak mampu menghadapi dengan baik. Hal itu akan memengaruhi kondisi mental bagi mahasiswa baru. Untuk menghindari hal ini, mahasiswa baru sebaiknya mengenali kemampuan dan keterbatasan yang dimiliki.

2. Bagi orang tua

Orang tua yang memiliki harapan terkait kesuksesan terhadap anaknya bisa menimbulkan tekanan tersendiri. Maka diharapkan bagi orang tua untuk memahami kondisi anaknya dengan cara berkomunikasi yang baik agar bisa mengetahui apa yang sebenarnya menjadi keinginan anak atau yang ingin diprioritaskan oleh anak sehingga kehidupan anak terasa lebih berharga dan keluarga menginginkan kehadirannya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya bisa mengkaji perilaku yang menimbulkan *impostor syndrome*. Kemudian melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimanakah fenomena ini terjadi pada individu dengan melihat segi bertambahnya usia dan kompetensi di dunia pendidikan.