

SURAT TUGAS

Nomor: 130-R/UNTAR/PENELITIAN/IX/2026

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

NINAWATI, Dr. Dra., M.M.

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul	:	Peran Social Comparison terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa dengan Mediator Impostor Syndrome
Nama Media	:	Academia: Jurnal Inovasi Riset Akademik
Penerbit	:	Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia
Volume/Tahun	:	Volume 6/ Nomor 4/ 2026/ September-November
URL Repository	:	https://www.jurnalp4i.com/index.php/academia/article/view/15278

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

11 September 2026

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : 4d1cbc7962f70257476d5adcdc7eca75

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

OFFICE
Jl. Letjen S. Parman No 1, Jakarta Barat 11440

PHONE
+62 21-5671 747 (Hunting)
+62 21-5695 8723 (Admission)

EMAIL
humas@untar.ac.id

WEBSITE
untar.ac.id


Untar Jakarta



LETTER OF ACCEPTANCE (LoA)

No. 25/LoA/ACADEMIA/VI/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini pengelola jurnal **Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia (P4I)** www.jurnalp4i.com, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama Penulis : Ninawati¹⁾, Farhan Febrian Shalwa²⁾, Yumikha Grace³⁾,

Vini Pearl Wijaya⁴⁾, Natashya Alvina Listiyani⁵⁾

Instansi : Universitas Tarumanagara, Jakarta

Judul Artikel :

*PERAN SOCIAL COMPARISON TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
DENGAN MEDIATOR IMPOSTOR SYNDROME*

Telah memenuhi kriteria publikasi di jurnal berikut dan dapat kami terima sebagai bahan naskah untuk penerbitan jurnal dalam versi cetak dan elektronik

Nama Jurnal : **ACADEMIA : Jurnal Inovasi Riset Akademik**

ISSN (Online) : 2807-1808

ISSN (Print) : 2807-2294

Edisi : Vol. 6 No. 4, September (2026)

Status Jurnal : Jurnal Nasional ber-ISSN Terakreditasi Sinta 3

Demikian surat keterangan ini dibuat dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lombok Tengah, 10 Juni 2026

Direktur P4I



Randi Pratama Murtikusuma, M.Pd

<https://www.jurnalp4i.com/index.php/academia/article/view/15278>

ACADEMIA

Jurnal Inovasi Riset Akademik

P-ISSN : 2807-2294
e-ISSN : 2807-1808

Indexing

Member Of

Crossref

http://jurnalp4i.com/index.php/academia

HOME CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS ABOUT CONTACT ABSTRACTING AND INDEXING

HOME / ARCHIVES / VOL. 6 NO. 4 (2026) / Articles

PERAN SOCIAL COMPARISON TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA DENGAN MEDIATOR IMPOSTOR SYNDROME

Ninawati Ninawati
Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta

Farhan Febrian Shalwa
Universitas Tarumanagara, Jakarta

Yumikha Grace
Universitas Tarumanagara, Jakarta

Vini Pearl Wijaya
Universitas Tarumanagara, Jakarta

Natashya Alvina Listiyani
Universitas Tarumanagara, Jakarta

DOI: <https://doi.org/10.51878/academia.v6i4.15278>

PDF

PUBLISHED: 2026-09-07

ACCREDITATION

SINTA 3

CERTIFICATE OF SINTA

TEMPLATE

Journal Template

Daftar isi

ACADEMIA

Jurnal Inovasi Riset Akademik

P-ISSN : 2807-2294
e-ISSN : 2807-1808

Indexing

Member Of

Crossref

http://jurnalp4i.com/index.php/academia

HOME CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS ABOUT CONTACT ABSTRACTING AND INDEXING

CURRENT ISSUE

Vol. 6 No. 4 (2026)

PUBLISHED: 2026-09-01

Articles

TRANSFORMASI BUDAYA MORAL SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PEMBELAJARAN BERBASIS KETELADANAN GURU SDN WONOREJO

Vera Widiyasa, Wahid Hasim

PDF

2754-2762

ACCREDITATION

SINTA 3

CERTIFICATE OF SINTA

TEMPLATE

Journal

PENGARUH KONSELING KELOMPOK TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MEREDUKSI KECEMASAN SISWA KORBAN BULLYING VERBAL

Zacky Dero Saputra, Edi Harapan, Arizena Arizena

2763-2772



PENGEMBANGAN MODEL PELATIHAN PANATA ACARA PENGANTIN SUNDA BERBASIS VIRTUAL REALITY DI LEMBAGA KURSUS

Iis Handoko, Handini Handini, Sholeh Hidayat, Luhuk Asmawati

2773-2793



MANAJEMEN PERPUSTAKAAN SEKOLAH DALAM MENINGKATKAN MINAT BACA SISWA DI SMA

Samiuddin Samiuddin, M. Ary Irawan, Haromalin Haromalin

2784-2796



THEORETICAL FRAMEWORK FOR AI-MEDIATED INTERCULTURAL COMMUNICATIVE COMPETENCE IN SECOND FOREIGN LANGUAGE LEARNING

Huang Jianshi, Dadang Sunendar, Sunlyadi Sunlyadi, Vismala S. Damayanti

2797-2801



IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN PKN BERBASIS KURIKULUM MERDEKA DALAM PENGUATAN DIMENSI BERAKHLAK MULIA

Rizqi Akbar, Moh. Taufiq

2802-2820



PERAN EVALUASI FORMATIF REFLEKTIF DALAM PEMBELAJARAN MENULIS TERHADAP KOMPETENSI LITERASI SISWA SMA

Ash Riyandi, Parashella Fadillah, Balqis Balqis, Firda Ariani, Muzdalipah Muzdalipah, Indah Ulan Ramadham

2821-2831



TINDAK TUTUR ILOKUSI DAN PERLOKUSI DALAM INTERAKSI TOKOH PUBLIK DENGAN WARGANET DI TIKTOK: STUDI PADA AKUN @GIBRAN_RAKABUMING

Nyoman Aprilia Cintya Dewi, M Ridhwan, R. Panji Hermoyo

2832-2843



LAYANAN INFORMASI LITERASI DIGITAL UNTUK MENCEGAH KECANDUAN MEDIA SOSIAL DI SMP NEGERI 10 PALU

Suci Indriani, Nurwahyuni Nurwahyuni, Dhevy Puswariika, Nur Eka Wayhuningsih Riyadi

2844-2854



EFEKTIVITAS TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK MENCURANGI PERILAKU BULLYING VERBAL DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

Sweetly Nabila Lengkong, Nur Eka Wayhuningsih Riyadi, Azam Arifyadi, Micha Felayati Silalahi

2855-2864



KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION DALAM MENGURANGI GLOSSOPHOBIA SISWA DI SMP NEGERI 3 PALU

Alya Alya, Hasan Hasan, Dhevy Puswariika, Nurwahyuni Nurwahyuni

2865-2874



IMPLEMENTASI PENILAIAN DIAGNOSTIK DALAM PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA: ANALISIS KESENJANGAN ANTARA KEBIJAKAN DAN PRAKTIK

Linda Lusiana Cahya Wibawa, Ajeng Novita Damayanti, Erwin Salpa Rinni, Aceng Hasani

2875-2885



GAMIFIKASI PEMBELAJARAN MELALUI KAHOOT! DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA

Neneng Halimatul Sa'adah, Linda Lusiana Cahya Wibawa, Tatu Hilaliyah

2886-2896

WORK-BASED LEARNING DIGITAL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN KERJA SISWA PENDIDIKAN VOKASI: SYSTEMATIC REVIEW

Mas'ula Mas'ula, Endah Sudarmilah

2897-2909



ANALISIS PROFIL CORE STABILITY MENGGUNAKAN POREARM PLANK TEST PADA PEMAIN KLUB FUTSAL TOREAN DI KABUPATEN LOMBOK UTARA TAHUN 2026

Rudi Kartono, Muhammad Salahi, Elya Wibawa Syarifuddin

2910-2921



MODEL KOMUNIKASI INOVASI SIKLIKAL PADA PERCURIAN TINGGI TERBUKA DAN JARAK JAUH DI ERA TRANSFORMASI DIGITAL

Mochamad Priono, Gunawan Wiradharma, Hasanuddin, Mario Aditya Prasetyo, Khaerul Anam

2922-2933



DEVELOPMENT OF INTERACTIVE TEACHING MODULES BASED ON DIFFERENTIATED LEARNING TO SUPPORT THE IMPLEMENTATION OF THE MERDEKA CURRICULUM IN THE ERA OF DIGITAL KNOWLEDGE REVOLUTION

Siti Halimatul Sa'adah, Eva Dewi

2934-2944



TINJAUAN YURIDIS PUTUSAN PERKARA KEKERASAN SEKSUAL ANAK DI PENGADILAN NEGERI DAN UPTD BANYUMAS

Linawati Linawati, Sri Astutik, Ernu Widodo, Subekti Subekti, Nur Handayani

2945-2953



PROFIL KETERAMPILAN BERPIKIR KRITIS SISWA DALAM PEMBELAJARAN IPA : STUDI DESKRIPTIF PADA KELAS VI SD SURABAYA BARAT

Dian Kartikasari, Suryanti Suryanti, Julianto Julianto

2954-2963

Journal Template

CONTACT PERSON



THIS JOURNAL INDEX BY



LEMBAGA ILMU
PENGETAHUAN
INDONESIA
INDONESIAN INSTITUTE OF SCIENCES



WORLD
of
JOURNALS



GARUDA
KARSA KAJIWARAN DIGITAL

MAIN MENU

Focus and Scope

Editorial Board

Publication Ethics

Peer Review

Author Guidelines

Copyright Notice

Submissions

Reviewer

Open Acces Policy

Plagiarisms Policy

Archiving

TOOLS



MENDELEY



grammarly

VISITORS

Visitors

ID 95,669 DE 203
SG 5,123 IN 197

EKSPLORASI KOMPENSASI ISLAMI DAN EMPLOYEE ENGAGEMENT DALAM MEMBANGUN KINERJA PEGAWAI BERBASIS NILAI AL-MA'UN PADA AMAL USAHA AISYIYAH

Dewi Kumala Sari, Dwi Agustin, Sardini Sardini, Asmawati Asmawati, Jasiah Jasiah

2964-2971



DIGITAL TRANSFORMATION MARKETING STRATEGY FOR SECURITY SERVICES: A NICE MARKETING MIX APPROACH FOR AI AND IOT ADOPTION IN EMERGING MARKETS

Heru Haryanto, Khian Indradewa, Unggul Kusriawan, Ketut Sunaryanto

2972-2980



IMPLEMENTASI PROGRAM GEMPITA SEBAGAI UPAYA PENGUATAN KARAKTER RELIGIUS SISWA SMP NEGERI 6 SALATIGA

Ahmad Khoirus Syabani, Wildan Fikri Ansyah, Purnomo Purnomo

2981-2995



PENINGKATAN KETERAMPILAN SPEAKING SISWA SD MELALUI MODEL DIRECT INSTRUCTION BERBANTUAN KANAL YOUTUBE BBC LEARNING ENGLISH

Azizah Diyah Anwar, Indah Nurmahanani, Primanita Sholihah Rosmana

2996-3004



SOSIOLOGI LEMBAGA PENDIDIKAN: KOMUNIKASI SEBAGAI KONSTITUEN ORGANISASI (CCO) DALAM PEMBENTUKAN IDENTITAS KOLEKTIF PADA MADRASAH TSANAWIYAH SWASTA BERBASIS PESANTREN

Ety Prasetyani, Muh. Hanif

3005-3012



DIGITAL EDUCATIONAL GAMES FOR ENHANCING GEOMETRY PROBLEM-SOLVING SKILLS: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

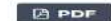
Elna Mar'atussholihah, Rika Mulyati Mustika Sari

3013-3021

EVALUASI PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SEKOLAH DASAR : SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Fenia Marlina, Yanti Safitri, Mohammad Erihadiana, Eva Latifah Fauzia

3022-3034



SINERGI BODY SCAN MEDITATION DAN TERAPI SINGING BOWL UNTUK MENINGKATKAN REGULASI EMOSI DAN FLOURISHING DEWASA AWAL

Ferlihana Ferlihana, Fx. Wahyu Widianoro

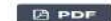
3035-3044



PERENCANAAN PEMBELAJARAN BERBASIS DIGITALISASI UNTUK EFEKTIVITAS MANAJEMEN PEMBELAJARAN DI ERA SOCIETY 5.0

Fitri Sri Mulyani, Maman Suryaman

3045-3054



SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW (SLR) : TINJAUAN SISTEMATIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERKONTRIBUSI TERHADAP AGRESIVITAS PERSONEL KEPOLISIAN DI INDONESIA

Giartono Giartono, I Gusti Ayu Agung Noviekayati

3055-3062



NILAI-NILAI PENDIDIKAN ISLAM DALAM TRADISI BASIRU DI DESA SEKONCKANG BAWAH, SUMBAWA BARAT

Amnul Khalaqul Khairi Muhid, Syukri Syukri, Deddy Ramdhani

3063-3071



THE SIGNIFICANCE OF ENGLISH LANGUAGE PROFICIENCY IN THE AI ERA

Agus Triloni Nawa, Ahmad Madkur

3072-3080



PENGEMBANGAN FLIPBOOK INTERAKTIF BERBASIS AUGMENTED REALITY UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERPIKIR KRITIS DAN METAKOGNITIF

Dedeh Lisna Lestari

3081-3092

KRITIK ZIAUDDIN SARDAR TERHADAP SAINTISME MELALUI EPISTEMOLOGI POSTNORMAL DAN RELEVANSINYA DALAM ISLAMISASI ILMU PENGETAHUAN

Ibrahim Ibrahim, Eva Dewi

3093-3100



EVALUASI KEAMANAN PROMPT DALAM INTERAKSI MANUSIA DAN AI: STUDI KASUS PADA MODEL GPT-4

Herman Santoni

3101-3109



PENERAPAN PENDEKATAN PEMBELAJARAN MENDALAM DALAM PENDIDIKAN DASAR: BUKTI DARI STUDI MULTILOKASI DI KABUPATEN ENREKANG, INDONESIA

Nur Asia Jufrl, Wahira, Hasan Usman

3110-3121



NILAI-NILAI AKHLAK DALAM KITAB TAISIRUL KHALLAQ KARYA HAFIZ HASAN MAS'UDI DAN RELEVANSINYA DENGAN KARAKTER DALAM KURIKULUM MERDEKA

Zainudin Zainudin

3122-3130



PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN TEAMS GAMES TOURNAMENT BERBANTUAN WORDWALL TERHADAP KEMAMPUAN MEMBACA PERMULAAN SISWA KELAS I SD

Melly Indrayani, Indah Nurmahanani, Nenden Permas Hikmatunisa

3131-3139



BETWEEN REASON AND RESISTANCE: FREUDIAN PSYCHOANALYSIS AND FEMINIST IDENTITY OF HERMIONE GRANGER IN HARRY POTTER AND THE DEATHLY HALLOWS – PART 2

Muhammad Arief Budiman, Hetty Catur Ellyawati, Nur Hidayat, Vina Nurul Hidayati, Wijayanti Hidayatolah, Zahra Faizatul Nahla, Zidan Try Kusuma

3140-3149

BRIDGING THE DIGITAL DIVIDE IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION: A MIXED-METHODS STUDY OF MANAGERIAL STRATEGIES AND TEACHER ADAPTATION IN IMPLEMENTING UNPLUGGED COMPUTATIONAL THINKING Siti Fatimatun, Heni Puspitasari, Slamet Slamet  PDF	3150-3156
SOSIOLOGI LEMBAGA PENDIDIKAN: TRANSFORMASI KOMUNIKASI STRATEGIS DAN KETERLIBATAN PEMANGKU KEPENTINGAN DI SMP AL-IRSYAD AL ISLAMİYAH PURWOKERTO Muryanti Muryanti, Muh. Hanif  PDF	3157-3166
PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE NUMBERED HEAD TOGETHER (NHT) BERBANTUAN LET'S READ TERHADAP KETERAMPILAN MENYIMAK SISWA KELAS V DI SDN PURWAMEKAR Saofa Salsa Safariyah, Nadia Tiara Antik Sari, Nenden Permas Hikmatunisa  PDF	3167-3174
PRAKSIS MANAJEMEN PENDIDIKAN MODERN DI PONDOK PESANTREN SYARIFATUL ULUM NGAWI: TRANSFORMASI DIGITAL PESANTREN BERBASIS SALAF Muhammad Ulul Albab, Toto Suharto, Fauzi Muharom  PDF	3175-3182
PENGARUH PEMANFAATAN AI DAN LINGKUNGAN BELAJAR TERHADAP PRESTASI AKADEMIK Yuyun Yumiarty  PDF	3193-3194
DATA-BASED EDUCATION PLANNING THROUGH EDUCATION REPORT CARD AT SMPN 3 CIKARANG PUSAT, BEKASI REGENCY Yayah Aslah Nurpadillah, Maman Suryaman	3195-3202

PERENCANAAN PEMBELAJARAN KIMIA BERBASIS DIGITAL DALAM MEMPERKUAT MORAL GENERASI Z DI SMA MUHAMMADIYAH 13 JAKARTA Sry Meylaningsih, Maman Suryaman  PDF	3211-3218
ASPEK TEKSTUAL FILM "DESA KARYA" PRODUKSI CINGIRE OFFICIAL MENURUT KAJIAN ANALISIS WACANA KRITIS Khabibatul Munawaroh, Mulyana Mulyana  PDF	3219-3226
A SEJARAH DAN DINAMIKA PENDIDIKAN ISLAM SERTA KONTRIBUSINYA TERHADAP PEMBANGUNAN SOSIAL CAMBODIA Katni Katni, Sunarno Sunarno, Hanif Ikhsani, Agus Supatma, Mohamad Zein Musa  PDF	3227-3236
IMPLEMENTASI TEORI BELAJAR SIBERNETIK DALAM PEMBELAJARAN PAI Supriyanto Supriyanto, Mazrur Mazrur  PDF	3237-3245
STUDI FENOMENOLOGI FLOURISHING DAN EMOTIONAL LABOR PADA TENAGA MEDIS GIGI Rizka Aningrum Kesuma Putri, Fx. Wahyu Widiartoro  PDF	3246-3255
EFEKTIVITAS ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN SELF-ESTEEM SISWA Adisty Sefanny, Ridwan Syahrin, Munifah Munifah, Micha Felayati Silalahi  PDF	3256-3264
PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP AKURASI SHOOTING FUTSAL PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMP ISLAM AL-ALIFAH JAKABARING Lean Putra, Farizal Imansyah, Perabu Nita	3265-3272

BOOK-TAX DIFFERENCE DAN MANAJEMEN LABA : PERAN KOMITE AUDIT DIPERTANYAKAN Rahmi Arum Fitria, Sulhendri Sulhendri  PDF	3273-3281
EPISTEMOLOGI ISLAM DI ERA DIGITAL: INTEGRASI BAYANI, BURHANI, DAN IRFANI SEBAGAI FONDASI AKAL KRITIS DAN AKAL SPIRITUAL DALAM PENDIDIKAN ISLAM Nadi Afriani; Eva Dewi  PDF	3282-3291
STRES PENGASUHAN DAN DUKUNGAN SOSIAL MENUJU FLOURISHING PADA ORANG TUA DENGAN ANAK STUNTING Rizka Latifa, Fx. Wahyu Widiartoro  PDF	3292-3299
PENGARUH LATIHAN INTERVAL TRAINING DAN SHUTTLE RUN TERHADAP PENINGKATAN VO2MAX PADA ATLET TAEKWONDO PENGADILAN NEGERI PALEMBANG Muhammad Saddam Prakoso, Jujur Gunawan Manullang, Siti Ayu Risma Putri, Mutiara Fajar  PDF	3300-3009
PERAN DUKUNGAN ORGANISASI DAN WORK-LIFE BALANCE TERHADAP KUALITAS KEHIDUPAN KERJA GURU Rooswita Santia Dewi, Muhammad Raihan, Ermina Istiqomah  PDF	3310-3319
PENGARUH KEPEMIMPINAN HUMANIS, KECERDASAN EMOSIONAL, DAN KOLABORASI TIM TERHADAP KINERJA GURU TK Yullani Yullani, Suriansyah Suriansyah, Suhaimi Suhaimi  PDF	3320-3329
DAMPAK SOSIAL EKONOMI DAN MITIGASI BANJIR BERULANG DI DESA KARANGLICAR Itma Novella Winata, Arini Rahmawati, Fitri Sri Mulyani, Akhmad Rusbani, Maman Suryaman	3330-3338

PENGARUH LATIHAN SMALL SIDE GEMES DAN LATIHAN PASSING TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN PASSING FUTSALSISWA DI SMA 2 PGRI PALEMBANG
Muhammad Ihsan, Muhammad Idris, Siti Ayu Risma Putri

3339-3347



TEACHER SHAMING DAN KRISIS RELASI PENDIDIKAN DI ERA DIGITAL
Siti Rahmah, Maman Suryaman

3348-3357



JANTUNG PERADABAN ISLAM: ILMU KALAM, FILSAFAT DAN SAINS ERA BANI ABBAS
Sheila Damayanti

3358-3364



MODERASI ISLAM DIALOG NORMATIF DAN HISTORIS ANTARA TEKS KEAGAMAAN DAN PRAKTIK KEBERAGAMAAN NUSANTARA
Nur Annisa, Eva Dewi

3365-3372



IMPLEMENTASI PERENCANAAN PEMBELAJARAN DIGITAL BERBASIS CANVA PADA MATA PELAJARAN BAHASA INGGRIS: STUDI KASUS VISUALISASI MATERI UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN SISWA
Linayati Inayah, Maman Suryaman

3373-3380



PERAN SOCIAL COMPARISON TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA DENGAN MEDIATOR IMPOSTOR SYNDROME

Ninawati Ninawati, Farhan Febrian Shalwa, Yumikha Grace, Vini Pearl Wijaya, Natashya Alvina Listiyani

3381-3389



KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK STRESS INOCULATION TRAINING UNTUK MENGURANGI ACADEMIC BURNOUT MAHASISWA

Silvia Lagebada, Ikhlās Rasido, Hasan Hasan, Dian Fitriani

3390-3399

INOVASI MEDIA ICT DETEKSI WAJAH UNTUK PRESENSI DIGITAL MAHASISWA: ANALISIS AKURASI DAN PERFORMA

Wawan Sismadi, Abdul Manan, Estuti Fitri Hartini

3400-3408



DAMPAK JUDI ONLINE TERHADAP STRUKTUR DAN DINAMIKA SOSIAL (STUDI KASUS PADA MASYARAKAT DESA JAMBU REJO KECAMATAN SUMBER HARTA)

Muhammad Muslih, Artiyanto Artiyanto, Purna Irawan

3409-3423



PENGARUH BUDAYA ORGANISASI, LINGKUNGAN KERJA, DAN INSENTIF TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN PADA KOPERASI SIMPAN PINJAM

Kadek Eva Fitriani, Ni Nyoman Juli Nuryani, I Ketut Sudarnaya

3424-3434



[VIEW ALL ISSUES >](#)

ACADEMIA: Jurnal Inovasi Riset Akademik | *Terakreditasi Sinta 3* | diterbitkan 4 kali setahun (Februari, Mei, Agustus dan November) oleh Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia (P4I) yang berafiliasi dengan Perguruan Tinggi Indonesia. Jurnal ini berisi artikel hasil pemikiran dan penelitian yang ditulis oleh para guru, dosen, pakar, ilmuwan, praktisi, dan pengkaji dalam inovasi riset akademik.
e-ISSN : 2807-1808 | p-ISSN : 2807-2294

Alamat Penyunting dan Redaksi:
Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia
Lingkungan Handayani, Kel. Leneng, Kec. Praya, Kab. Lombok Tengah, NTB
Principal Contact: Dr. Muhamad Suhardi, M.Pd | 085239967417
Technical Support : Randi Pratama, M.Pd | 085781267181

PERAN *SOCIAL COMPARISON* TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA DENGAN MEDIATOR *IMPOSTOR SYNDROME*

**Ninawati¹⁾, Farhan Febrian Shalwa²⁾, Yumikha Grace³⁾,
Vini Pearl Wijaya⁴⁾, Natashya Alvina Listiyani⁵⁾**
Universitas Tarumanagara, Jakarta ^{1,2,3,4,5}
e-mail: ninawati@fpsi.untar.ac.id

Diterima: 20/8/2026; Direvisi: 3/9/2026; Diterbitkan: 7/9/2026

ABSTRAK

Stres akademik merupakan salah satu permasalahan psikologis yang paling banyak dialami oleh mahasiswa akibat berbagai tuntutan kurikulum serta persaingan di lingkungan perguruan tinggi. Tekanan akademik tersebut sering kali diperparah oleh perilaku *social comparison* atau perbandingan sosial yang marak terjadi melalui interaksi langsung maupun media sosial, sehingga berpotensi memicu keraguan terhadap kemampuan diri. Oleh karena itu, penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional* ini bertujuan untuk menguji peran *impostor syndrome* sebagai mediator dalam hubungan antara *social comparison* dan stres akademik pada mahasiswa aktif. Sebanyak 103 mahasiswa di Jakarta berpartisipasi dengan mengisi instrumen *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* ($\alpha = 0,917$), *Clance Impostor Phenomenon Scale* ($\alpha = 0,910$), dan *Perception of Academic Stress Scale* ($\alpha = 0,848$). Analisis mediasi berbasis *structural equation modeling* menggunakan teknik *bootstrap* 4.992 sampel menunjukkan adanya mediasi penuh yang signifikan ($\beta = 0,126$, $p < 0,001$), sedangkan efek langsung tidak signifikan ($\beta = -0,006$, $p = 0,932$). Temuan ini menyimpulkan bahwa perbandingan sosial memicu stres akademik sepenuhnya melalui peningkatan perasaan penipu.

Kata Kunci: *impostor syndrome, mahasiswa, mediasi, social comparison, stres akademik*

ABSTRACT

Academic stress is one of the most prevalent psychological problems experienced by university students due to heavy curricular demands and competitive collegiate environments. This academic pressure is frequently aggravated by social comparison behaviors occurring in daily interactions and digital platforms, which potentially induces severe self-doubt. Therefore, this quantitative study with a cross-sectional design aims to examine the mediating role of impostor syndrome in the relationship between social comparison and academic stress among undergraduate students. A total of 103 active university students in Jakarta completed the Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure ($\alpha = 0.917$), Clance Impostor Phenomenon Scale ($\alpha = 0.910$), and Perception of Academic Stress Scale ($\alpha = 0.848$). Mediation analysis using structural equation modeling with 4,992 bootstrap samples revealed a statistically significant full mediation ($\beta = 0.126$, $p < .001$), while the direct effect was non-significant ($\beta = -0.006$, $p = .932$). These empirical findings demonstrate that social comparison triggers academic stress exclusively through the elevated psychological feelings of being an intellectual fraud.

Keywords: *academic stress, impostor syndrome, mediation, social comparison, university students*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan kelompok yang rentan mengalami tekanan psikologis akibat berbagai tuntutan akademik selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Tuntutan tugas, ujian, dan pencapaian target kelulusan kerap memicu munculnya stres akademik yang dapat menurunkan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Bedewy & Gabriel, 2015). Di samping beban perkuliahan konvensional, pesatnya digitalisasi membuat mahasiswa semakin intens terpapar konten keberhasilan rekan sebaya di platform daring (Kaplan & Haenlein, 2010). Paparan informasi yang terkurasi tersebut secara terus-menerus memicu perbandingan sosial ke atas yang sering kali menimbulkan evaluasi diri negatif (Feinstein et al., 2013). Dampak buruk dari evaluasi diri yang tidak menguntungkan ini dapat memperparah kecemasan serta tekanan belajar yang dihadapi mahasiswa sehari-hari (Mustaqina & Mulyeni, 2025).

Kecenderungan melakukan perbandingan sosial ke atas tersebut pada hakikatnya berakar dari dorongan manusia untuk mengevaluasi kompetensi dirinya di tengah masyarakat (Festinger, 1954). Ketika mahasiswa membandingkan prestasinya dengan figur lain yang dianggap lebih unggul, mereka sering kali mengalami deprivasi relatif dan penurunan harga diri (Wen & Jin, 2025; Xu & Li, 2024). Kondisi ketidakpuasan akibat perbandingan sosial yang konstan ini pada gilirannya mendorong terbentuknya distorsi penilaian terhadap kompetensi intelektual diri sendiri (Auliannisa & Hatta, 2021). Mahasiswa mulai meragukan apakah pencapaian yang telah mereka raih benar-benar mencerminkan kapasitas pribadi yang sebenarnya. Pola pikir yang dipenuhi oleh keraguan diri kronis ini menjadi fondasi awal berkembangnya fenomena *impostor syndrome* dalam konteks pendidikan tinggi (Yang et al., 2024).

Fenomena *impostor syndrome* merujuk pada ketidakmampuan psikologis seseorang untuk menginternalisasi keberhasilan pribadi serta adanya ketakutan persisten bahwa dirinya dianggap sebagai penipu intelektual (Clance & Imes, 1978). Individu yang mengalami fenomena ini secara keliru meyakini bahwa prestasi mereka diperoleh semata-mata karena faktor keberuntungan, relasi, atau kesalahan penilaian pihak lain (Sudrajat et al., 2023). Akibatnya, mahasiswa yang terjebak dalam sindrom ini selalu diliputi kecemasan konstan akan terbongkarnya ketidakmampuan yang sebenarnya tidak nyata (Firjatullah & Ramadhani, 2024). Beban mental untuk terus membuktikan kompetensi diri tersebut membuat setiap tugas akademik dirasakan sebagai ancaman evaluatif yang sangat berat. Pada akhirnya, keraguan diri yang mendalam ini memperbesar kerentanan mahasiswa terhadap lonjakan stres akademik di perguruan tinggi (Iqra, 2024).

Mekanisme psikologis yang menghubungkan perbandingan sosial dan stres akademik dapat dijelaskan secara runtut melalui keberadaan perasaan *impostor* ini (Maji et al., 2024). Proses perbandingan sosial yang berulang-ulang menciptakan standar keberhasilan semu yang memperkuat keyakinan irasional bahwa diri sendiri tidak kompeten (Clance & Imes, 1978). Ketika perasaan penipu tersebut semakin mendalam, mahasiswa menjadi sangat takut mengalami kegagalan akademik di hadapan lingkungan sosialnya (Firjatullah & Ramadhani, 2024). Rasa takut yang intens terhadap kegagalan ini kemudian mengubah beban perkuliahan rutin menjadi sumber tekanan psikologis yang sangat menguras energi mental (Bedewy & Gabriel, 2015). Dengan demikian, variabel *impostor syndrome* secara konseptual bekerja sebagai jembatan yang menghubungkan kecenderungan membandingkan diri dengan meningkatnya stres akademik.

Meskipun keterkaitan antara perbandingan sosial, sindrom penipu, dan stres akademik telah diteliti secara mandiri pada berbagai populasi internasional, studi yang memadukannya

dalam satu model struktural komprehensif di Indonesia masih terbatas (Maji et al., 2024; Sudrajat et al., 2023). Mayoritas penelitian sebelumnya hanya menelaah hubungan bivariat sederhana tanpa menguji secara empiris peran mekanisme mediasi internal (Auliannisa & Hatta, 2021; Xu & Li, 2024). Padahal pemahaman mengenai peran mediasi ini sangat krusial guna merancang intervensi psikologis yang lebih terfokus bagi mahasiswa di perguruan tinggi (Liu et al., 2023). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris peran *impostor syndrome* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara *social comparison* dan stres akademik pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif ini menerapkan desain *cross-sectional* untuk menguji model struktural pengaruh *social comparison* terhadap stres akademik melalui *impostor syndrome* sebagai mediator. Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif pada salah satu universitas swasta di Jakarta Barat, dengan sampel sebanyak 103 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data berlangsung selama empat minggu pada semester genap tahun akademik berjalan melalui penyebaran kuesioner daring berbasis kriteria inklusi status akademik aktif. Karakteristik responden terdistribusi pada rentang usia 20 tahun (30%) dan 21 tahun (29%), didominasi mahasiswa semester 6 (46%) dan semester 2 (29%), serta bertempat tinggal di wilayah Jakarta Barat, Tangerang, dan sekitarnya. Seluruh partisipan telah menyatakan persetujuan sukarela (*informed consent*) sebelum melengkapi instrumen pengukuran guna menjamin kerahasiaan data pribadi. Pendekatan *cross-sectional* dipilih karena efisien dalam menangkap dinamika variabel psikologis secara serentak pada satu kurun waktu tertentu tanpa memberikan manipulasi eksperimental kepada responden penelitian (Bedewy & Gabriel, 2015).

Pengumpulan data menggunakan tiga instrumen psikologis berskala Likert 5 poin yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia secara cermat: *Iowa Netherlands Comparison Orientation Measure* (Gibbons & Buunk, 1999) sebanyak 38 butir untuk *social comparison*, *Clance Impostor Phenomenon Scale* (Clance, 1985) sebanyak 21 butir untuk *impostor syndrome*, serta *Perception of Academic Stress Scale* (Bedewy & Gabriel, 2015) sebanyak 18 butir untuk stres akademik. Tahapan analisis data diawali dengan pengujian reliabilitas konsistensi internal *Cronbach's Alpha* dan uji normalitas distribusi univariat *Shapiro-Wilk*. Selanjutnya, korelasi antarvariabel diuji menggunakan teknik *Pearson Product Moment* untuk memeriksa keterkaitan dasar antarindikator teoritis. Hipotesis mediasi diuji menggunakan *Structural Equation Modeling (SEM)* berbasis perangkat lunak JASP versi 0.19.3.0 dengan estimator *Maximum Likelihood (ML)*. Signifikansi koefisien efek tidak langsung dievaluasi melalui prosedur *resampling bootstrap* sebanyak 4.992 sampel dengan interval kepercayaan bias terkoreksi 95% untuk memastikan ketepatan estimasi parameter mediasi yang dihipotesiskan (Maji et al., 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berikut disajikan tabel hasil uji reliabilitas instrumen penelitian yang mencakup nilai koefisien *Cronbach's Alpha* beserta rentang estimasi interval kepercayaannya:

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur

Variabel	Cronbach's α	95% CI	Jumlah Item	Kategori
<i>Social Comparison</i> (INCOM)	0,917	[0,885,0,949]	38	Sangat Tinggi
<i>Impostor Syndrome</i> (CIPS)	0,910	[0,883,0,936]	21	Sangat Tinggi
<i>Stres Akademik</i> (PASS)	0,848	[0,803,0,893]	18	Tinggi

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada Tabel 1, seluruh instrumen penelitian menunjukkan nilai koefisien konsistensi internal yang memuaskan. Skala *social comparison* dan *impostor syndrome* masing-masing memperoleh koefisien reliabilitas di atas angka ambang batas psikometri standar dengan interpretasi sangat tinggi. Sementara itu, instrumen stres akademik mencatatkan nilai reliabilitas yang berada pada kategori tinggi. Rentang interval kepercayaan 95% pada ketiga alat ukur tersebut sepenuhnya berada di atas batas keberterimaan instrumen empiris, sehingga seluruh butir pernyataan dinyatakan valid serta sangat andal untuk digunakan dalam analisis mediasi struktural lebih lanjut.

Berikut disajikan tabel statistik deskriptif dan uji normalitas distribusi data untuk ketiga variabel penelitian utama yang diamati pada sampel:

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (N = 103)

Variabel	Mean	SD	Median	Min	Maks	W (S-W)	p
<i>Social Comparison</i> (X)	3,26	0,57	3,29	52	186	0,977	0,071
<i>Impostor Syndrome</i> (Y)	3,54	0,67	3,71	29	103	0,967	0,012*
<i>Stres Akademik</i> (Z)	2,92	0,61	3,00	24	81	0,984	0,234

Catatan. S-W = *Shapiro-Wilk*. * $p < 0,05$.

Hasil statistik deskriptif pada Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan *social comparison* dan stres akademik mahasiswa berada pada kategori sedang, sedangkan fenomena *impostor syndrome* berada pada kategori relatif tinggi. Nilai rata-rata dan median pada setiap variabel menunjukkan kecenderungan pemusatan data yang simetris di sekitar nilai tengahnya. Uji normalitas *Shapiro-Wilk* mengonfirmasi bahwa sebaran data variabel *social comparison* dan stres akademik terdistribusi normal, sedangkan deviasi normalitas ringan pada variabel *impostor syndrome* dinilai tidak mengganggu keabsahan estimasi mengingat kekokohan prosedur statistik yang diterapkan.

Berikut disajikan tabel matriks korelasi bivariat Pearson yang menggambarkan hubungan linier awal antara variabel independen, mediator, dan dependen:

Tabel 3. Matriks Korelasi Pearson Antar Variabel

Variabel	1. <i>Social Comparison</i>	2. <i>Impostor Syndrome</i>	3. <i>Stres Akademik</i>
1. <i>Social Comparison</i> (X)	—	0,547***	0,237*
2. <i>Impostor Syndrome</i> (Y)	0,547***	—	0,448***
3. <i>Stres Akademik</i> (Z)	0,237*	0,448***	—

Catatan. * $p < 0,05$; *** $p < 0,001$.

Berdasarkan matriks korelasi pada Tabel 3, ditemukan adanya hubungan positif yang signifikan secara statistik di antara ketiga variabel penelitian yang diuji. Variabel *social comparison* terbukti berkorelasi positif kuat dengan *impostor syndrome* serta berkorelasi positif

moderat dengan stres akademik. Selain itu, *impostor syndrome* juga menunjukkan hubungan linear positif yang signifikan dengan peningkatan stres akademik. Temuan keterkaitan bivariat yang konsisten ini mengindikasikan bahwa seluruh prasyarat empiris awal telah terpenuhi secara memadai untuk melanjutkan prosedur pengujian pemodelan struktural efek mediasi.

Berikut disajikan tabel ringkasan hasil analisis jalur mediasi menggunakan metode estimasi *bootstrap resampling* sebanyak 4.992 sampel pengulangan:

Tabel 4. Hasil Analisis Mediasi dengan Bootstrap (N = 103)

Jalur	Tipe Efek	β	SE	z	p	95% CI
$X \rightarrow Z$	Langsung	-0,006	0,068	-0,085	0,932	[-0,134,0,130]
$X \rightarrow Y \rightarrow Z$	Tidak Langsung	0,126	0,035	3,622	< 0,001	[0,055,0,227]
$X \rightarrow Z$	Total	0,120	0,049	2,480	0,013	[0,001,0,230]
$X \rightarrow Y$	Path Coef.	0,354	0,046	7,764	< 0,001	[0,255,0,432]
$Y \rightarrow Z$	Path Coef.	0,357	0,111	3,210	0,001	[0,156,0,585]

Catatan. X = Social Comparison; Y = Impostor Syndrome; Z = Stres Akademik. CI = Confidence Interval. Bootstrap samples = 4.992.

Hasil analisis mediasi pada Tabel 4 membuktikan bahwa *impostor syndrome* berperan sebagai mediator penuh dalam hubungan antara *social comparison* dan stres akademik mahasiswa. Efek tidak langsung melalui jalur mediasi menunjukkan signifikansi yang nyata karena rentang interval kepercayaannya tidak melewati angka nol. Sebaliknya, koefisien efek langsung membuktikan hubungan yang tidak signifikan secara statistik setelah variabel mediator disertakan ke dalam model. Dengan demikian, dorongan perbandingan sosial tidak langsung menaikkan tekanan belajar, melainkan beroperasi sepenuhnya lewat pembangkitan keyakinan psikologis perasaan penipu.

Pembahasan

Temuan utama dari penelitian ini membuktikan bahwa *impostor syndrome* berperan sebagai mediator penuh (*full mediation*) dalam menghubungkan peranan *social comparison* terhadap stres akademik pada mahasiswa perguruan tinggi. Hasil empiris ini mengindikasikan bahwa perilaku membandingkan diri dengan orang lain tidak serta-merta memicu timbulnya stres akademik secara langsung, melainkan harus melalui aktivasi perasaan ketidakmampuan internal yang dirasakan oleh individu terlebih dahulu. Dinamika ini sangat selaras dengan landasan teoretis *Social Comparison Theory* yang menyatakan bahwa evaluasi komparatif yang tidak menguntungkan cenderung membangkitkan keraguan mendalam terhadap kompetensi diri (Festinger, 1954). Ketika mahasiswa terus memposisikan dirinya di bawah standar pencapaian rekan sebaya, terbentuk keyakinan maladaptif bahwa dirinya tidak kompeten, yang pada akhirnya memicu persepsi ancaman berlebih terhadap beban studi (Bedewy & Gabriel, 2015). Oleh karena itu, pengalaman stres akademik yang dialami mahasiswa pada dasarnya merupakan produk sampingan dari kerentanan evaluasi diri internal yang terdistorsi oleh dorongan komparatif di lingkungan sosial kampus (Xu & Li, 2024).

Hubungan linear positif yang signifikan antara kecenderungan *social comparison* dan *impostor syndrome* ($r = 0,547$) memperkuat bukti ilmiah bahwa paparan informasi keberhasilan orang lain merupakan pemicu utama keraguan kapasitas intelektual mahasiswa. Temuan ini sangat sejalan dengan telaah sistematis komprehensif yang dilakukan oleh Yang et al. (2024), yang menggarisbawahi bahwa fenomena sindrom penipu di lingkungan perguruan tinggi sangat dipicu oleh iklim akademik yang kompetitif. Selain itu, temuan ini juga mendukung hasil studi Maji et al. (2024) pada mahasiswa berprestasi tinggi di India, yang menemukan bahwa orientasi perbandingan sosial berbasis kemampuan berkorelasi langsung dengan penguatan fenomena penipu dan penurunan kesehatan mental. Fenomena ini semakin

dipersubur oleh dominasi paparan prestasi terkurasi di ranah digital, di mana keberhasilan orang lain dipersepsikan sebagai capaian absolut tanpa melihat proses di baliknya (Auliannisa & Hatta, 2021). Mahasiswa yang sering melakukan perbandingan ke atas cenderung mengatribusikan kesuksesan pribadi pada faktor keberuntungan semata dan meragukan kemampuan nyatanya (Clance & Imes, 1978; Sudrajat et al., 2023).

Keterkaitan positif antara *impostor syndrome* dan stres akademik ($r = 0,448$) mengonfirmasi bahwa beban psikologis internal akibat perasaan penipu berkontribusi nyata terhadap peningkatan tekanan perkuliahan mahasiswa. Mahasiswa yang diliputi perasaan *impostor* memandang setiap tugas perkuliahan, ujian, dan evaluasi dosen sebagai ancaman nyata yang berpotensi membongkar dugaan ketidakmampuan intelektual mereka di hadapan publik akademik (Firjatullah & Ramadhani, 2024). Kondisi mental yang selalu diliputi kecemasan evaluatif ini sejalan dengan temuan Qasem et al. (2025), yang mendokumentasikan bahwa individu dengan sindrom penipu akut secara konsisten melaporkan tingkat stres, distress psikologis, dan kecemasan situasional yang jauh lebih tinggi. Tekanan konstan untuk mempertahankan citra kompeten menuntut pengerahan energi mental yang luar biasa, sehingga mahasiswa merasa kewalahan dalam menuntaskan tanggung jawab akademik hariannya (Bedewy & Gabriel, 2015). Akibatnya, ketakutan akan kegagalan tersebut mengubah beban kurikulum standar menjadi pemicu stres yang sangat membebani kesejahteraan psikologis (Iqra, 2024).

Secara teoretis, terbuktinya efek mediasi penuh ($\beta = 0,126$, $p < 0,001$) menegaskan pentingnya menempatkan faktor kognitif intrapersonal sebagai jembatan penjelas dampak negatif interaksi sosial terhadap stres akademik mahasiswa. Efek total yang signifikan ($\beta = 0,120$, $p = 0,013$) bersamaan dengan efek langsung yang mendekati nol ($\beta = -0,006$, $p = 0,932$) membuktikan bahwa intervensi reduksi stres tidak cukup bila hanya berfokus pada pembatasan perilaku perbandingan sosial di media digital (Mustaqina & Mulyeni, 2025). Model mediasi ini menegaskan temuan Wen dan Jin (2025) mengenai pentingnya mengelola stres persepsual intrapersonal guna meredam dampak destruktif dari dinamika persaingan akademik yang tidak sehat. Tanpa adanya distorsi perasaan penipu, perbandingan sosial semata mungkin hanya menjadi sarana penilaian diri yang netral atau bahkan dapat memotivasi mahasiswa untuk belajar lebih giat (Festinger, 1954). Oleh sebab itu, restrukturisasi kognitif terhadap atribusi keberhasilan diri memegang peranan krusial dalam memutus transmisi dampak buruk komparasi sosial menuju distress akademik (Apriatama et al., 2022; Hendry et al., 2022; Ninawati et al., 2026; Putra & Ahmad, 2020; Zhou, 2025; Завацька et al., 2024).

Implikasi praktis dari temuan ini menuntut institusi pendidikan tinggi untuk merancang program intervensi kesehatan mental yang secara spesifik menargetkan dekonstruksi fenomena *impostor syndrome* pada mahasiswa. Layanan konseling perguruan tinggi dapat mengadopsi pelatihan *self-compassion* terstruktur yang terbukti efektif dalam mereduksi perasaan penipu dan perfeksionisme maladaptif di kalangan akademisi muda (Liu et al., 2023). Di samping itu, penyediaan kelompok dukungan sebaya (*peer support groups*) dan lokakarya literasi digital perlu digalakkan guna membangun kesadaran kritis terhadap representasi ideal semu di media sosial (Kaplan & Haenlein, 2010). Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa desain *cross-sectional* yang membatasi inferensi kausalitas longitudinal serta keterlibatan sampel dari satu universitas dengan proporsi perempuan yang dominan. Pelanggaran normalitas minor pada salah satu variabel juga perlu dicermati, kendati pendekatan *bootstrap* 4.992 sampel yang diterapkan dalam pemodelan persamaan struktural telah menjamin keandalan parameter statistik yang dihasilkan (Maji et al., 2024).

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa *impostor syndrome* menjalankan fungsi sebagai mediator penuh (*full mediation*) dalam menjelaskan mekanisme pengaruh antara *social comparison* dan stres akademik pada mahasiswa perguruan tinggi. Temuan ini secara tuntas menjawab tujuan penelitian dengan menunjukkan bahwa dorongan perbandingan sosial tidak memberikan dampak langsung secara signifikan terhadap stres akademik, melainkan harus bertransmisi secara menyeluruh melalui pembentukan perasaan penipu intelektual di dalam diri individu. Mahasiswa yang kerap membandingkan dirinya dengan figur lain cenderung mengembangkan keraguan terhadap kapasitas pribadi, meyakini keberhasilan sebagai kebetulan semata, serta diliputi ketakutan konstan akan kegagalan evaluatif. Keyakinan maladaptif inilah yang kemudian melipatgandakan persepsi tekanan terhadap tuntutan akademik yang sedang dihadapi. Dengan demikian, terbuktinya model mediasi struktural ini menegaskan bahwa fenomena perasaan penipu merupakan jalur kognitif sentral yang menjembatani kebiasaan evaluasi sosial terhadap peningkatan kerentanan stres akademik mahasiswa.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, institusi perguruan tinggi disarankan untuk mengalihkan fokus intervensi kesehatan mental dari sekadar pembatasan perilaku komparasi ke arah pengelolaan sindrom penipu melalui konseling berbasis *self-compassion*, restrukturisasi kognitif, dan penguatan kelompok dukungan sebaya. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan generalisasi temuan melalui penggunaan desain penelitian longitudinal dengan menjangkau populasi mahasiswa yang lebih heterogen secara demografis, disiplin keilmuan, serta sebaran geografis antarperguruan tinggi. Selain itu, integrasi variabel protektif tambahan seperti efikasi diri akademik (*academic self-efficacy*), resiliensi, dan dukungan sosial keluarga sangat dianjurkan untuk dikaji sebagai faktor moderator dalam model struktural. Penerapan metode campuran (*mixed-methods*) juga dinilai sangat strategis untuk mengeksplorasi secara mendalam dinamika kualitatif pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi tekanan sindrom penipu di tengah era kompetisi digital yang semakin intensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriatama, D., Romiaty, R., Idha, S. A., 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>
- Auliannisa, S., & Hatta, M. I. (2021). Hubungan social comparison dengan gejala depresi pada mahasiswa pengguna Instagram. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 147–153. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.561>
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 2(2), 1–9. <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Clance, P. R. (1985). *The impostor phenomenon: Overcoming the fear that haunts your success*. Peachtree Publishers.
- Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247. <https://doi.org/10.1037/h0086006>
- Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as

- a mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(3), 161–170. <https://doi.org/10.1037/a0033111>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Firjatullah, F., & Ramadhani, A. (2024). Impostor syndrome and academic hardiness: Investigating the impact on academic anxiety students. *Psychology, Evaluation, and Technology in Educational Research*, 7(1), 64–73. <https://doi.org/10.33292/petier.v7i1.244>
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129–142. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Hendry, G., Wilson, C. A., & Gilmour, E. (2022). ‘If I do well I feel on top of the world’: Investigating the impact of psychology students’ academic achievement on self-esteem. *Psychology Teaching Review*, 28(1), 47–58. <https://doi.org/10.53841/bpsptr.2022.28.1.47>
- Iqra. (2024). A systematic review of academic stress intended to improve the educational journey of learners. *Methods in Psychology*, 11, Article 100163. <https://doi.org/10.1016/j.metip.2024.100163>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- 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. <https://doi.org/10.1037/cou0000703>
- Maji, S., Shivhare, V., & Kumar, Y. (2024). Imposter phenomenon, social comparison orientation, and mental health: A study of high-achieving Indian college students. *Roeper Review*, 47(1), 47–59. <https://doi.org/10.1080/02783193.2024.2420356>
- Mustaqina, R. D., & Mulyeni, S. (2025). Dampak penggunaan media sosial terhadap gangguan psikologis mahasiswa. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 4(2), 9–20. <https://doi.org/10.62383/risoma.v4i2.1521>
- Ninawati, N., Marhaeni, P. P., Abiyya, M., Meyrasikhah, F., & Emor, K. A. (2026). Pengaruh penggunaan lilin aromaterapi terhadap stress akademik mahasiswa. *SOCIAL: Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 6(1), 316–325. <https://doi.org/10.51878/social.v6i1.9719>
- Putra, A. H., & Ahmad, R. (2020). Improving academic self efficacy in reducing first year student academic stress. *Jurnal Neo Konseling*, 2(2). <https://doi.org/10.24036/00282kons2020>
- Qasem, N., Alqaisi, N., Alsahy, R., Mohammad, N. H., Alsadi, M., & Shehadeh, J. (2025). Imposter syndrome among university students: Impact on levels of stress, anxiety, and depression. *Creative Nursing*, 31(2), 127–134. <https://doi.org/10.1177/10784535251323005>
- Sudrajat, A. A., Insani, H. M., Maulidia, M., Fadhilah, W. R., & Praja, W. (2023). The role of family communication in dealing with youth impostor syndrome during the Covid-19 pandemic. *Jurnal Spektrum Komunikasi*, 11(3), 409–418. <https://doi.org/10.37826/spektrum.v11i3.441>



- Wen, R., & Jin, Q. (2025). The effect of upward social comparison on academic involution among college students: Serial mediating effects of self-esteem and perceived stress. *Behavioral Sciences*, 15(11), Article 1515. <https://doi.org/10.3390/bs15111515>
- Xu, L., & Li, L. (2024). Upward social comparison and social anxiety among Chinese college students: A chain-mediation model of relative deprivation and rumination. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1430539. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1430539>
- Yang, X., Jiar, Y. K., Lee, S. H., & Handayani, L. (2024). A systematic review of impostor syndrome in higher education. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 13(6), 3884. <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i6.30726>
- Zavatska, N., Omelianiuk, S., Zavatskyi, V., & Petrenko, M. (2024). Social comparison in the organization of the structure of self-efficacy of higher education students. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, 12, 290–310. <https://doi.org/10.32999/2663-970x/2024-12-13>
- Zhou, Z. (2025). Mechanisms of adolescent stress in a meritocratic culture: Social comparison and attribution bias. *Scientific Journal of Humanities and Social Sciences*, 7(7), 147–153. <https://doi.org/10.54691/6msswq40>