

Pengaruh *Impostor Syndrome* dan *Self-Efficacy* Terhadap Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir

*Nurul Hikmah & Adi Muhammad Nur Ihsan
Universitas Cipasung Tasikmalaya, Indonesia

ARTICLE INFO

Key words:

Impostor Syndrome,
Self-Efficacy,
Work Readiness.

DOI:

[10.46821/ijms.v5i1.781](https://doi.org/10.46821/ijms.v5i1.781)



Copyright © 2026 Authors.
This is an open access article
under the [CC-BY License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

ABSTRAK

Penelitian ini membahas kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir yang dipengaruhi oleh faktor psikologis, yaitu *impostor syndrome* dan *self-efficacy*. Topik ini penting karena masih tingginya pengangguran terdidik dan rendahnya kesiapan lulusan dalam menghadapi dunia kerja. Kebaruan penelitian ini terletak pada penggabungan *impostor syndrome* dan *self-efficacy* dalam satu model penelitian terhadap kesiapan kerja, yang masih jarang diteliti secara simultan, khususnya pada mahasiswa di Kabupaten Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan verifikatif, melibatkan 96 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert dan dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *impostor syndrome* dan *self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa. *Impostor syndrome* cenderung menghambat kesiapan kerja akibat keraguan terhadap kemampuan diri, sedangkan *self-efficacy* meningkatkan kesiapan kerja melalui keyakinan diri. Penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor psikologis memiliki peran penting dalam meningkatkan kesiapan kerja, sehingga perguruan tinggi perlu memperhatikan pengembangan kepercayaan diri mahasiswa sebagai upaya meningkatkan kualitas lulusan.

The Influence of Impostor Syndrome and Self-Confidence on Work Readiness Among Senior Undergraduates

ABSTRACT

This study examines the work readiness of final-year students influenced by psychological factors, namely impostor syndrome and self-efficacy. This topic is important due to the high rate of educated unemployment and the low readiness of graduates to face the workforce. The novelty of this study lies in combining impostor syndrome and self-efficacy within a single model to analyze work readiness, which has rarely been studied simultaneously, particularly among students in Tasikmalaya Regency. This research employs a quantitative method with descriptive and verificative approaches, involving 96 respondents selected using purposive sampling. Data were collected through Likert-scale questionnaires and analyzed using multiple linear regression with SPSS. The results show that impostor syndrome and self-efficacy have a significant effect on students' work readiness. Impostor syndrome tends to hinder work readiness due to self-doubt, while self-efficacy enhances work readiness through confidence in one's abilities. This study concludes that psychological factors play an important role in improving work readiness; therefore, higher education institutions should focus on developing students' self-confidence to enhance graduate quality.

PENDAHULUAN

Sumber daya manusia yang berkualitas merupakan faktor penting dalam menghadapi persaingan global. Perubahan dunia kerja yang semakin dinamis menuntut lulusan perguruan tinggi tidak hanya memiliki kemampuan teknis, tetapi juga kesiapan mental, kemampuan beradaptasi, serta keyakinan diri. Rendahnya kesiapan kerja dapat berdampak pada meningkatnya pengangguran terdidik dan ketidaksesuaian kompetensi lulusan dengan kebutuhan industri. Oleh karena itu, kesiapan kerja mahasiswa menjadi isu penting untuk diteliti karena berkaitan langsung dengan kualitas tenaga kerja di masa depan (Ridwan & Pradikto, 2025)

Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia menyatakan bahwa sekitar 12% Tingkat Pengangguran Terbuka masih didominasi lulusan perguruan tinggi. Selain itu, delapan dari sepuluh perusahaan mengalami kesulitan memperoleh lulusan yang siap kerja. Penelitian Munawar (2023) juga menunjukkan bahwa mahasiswa di Indonesia masih memiliki kesiapan kerja yang belum optimal, terutama pada aspek kepercayaan diri, kemampuan beradaptasi, dan kesiapan menghadapi tekanan kerja.

Kesiapan kerja adalah finalisasi mentalitas mahasiswa setelah memperoleh pendidikan dan kemampuan teknis yang disertai rasa percaya diri untuk memasuki dunia usaha dan industri. Namun, mahasiswa tingkat akhir masih sering menghadapi keterbatasan dalam keterampilan nonteknis dan kesiapan psikologis (Sela dkk., 2022).

Salah satu faktor yang diduga memengaruhi kesiapan kerja adalah impostor syndrome. Impostor syndrome merupakan kondisi psikologis ketika individu meragukan kemampuan dirinya dan merasa keberhasilan yang dicapai terjadi karena keberuntungan atau bantuan orang lain. Kondisi ini dapat menurunkan rasa percaya diri serta meningkatkan kecemasan dalam menghadapi karier (Oktaviani & Rasyid, 2024).

Selain itu, *self-efficacy* juga diduga berpengaruh terhadap kesiapan kerja. *Self-efficacy* adalah keyakinan individu terhadap

kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan. Individu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih optimis, percaya diri, dan siap menghadapi dunia kerja (Fatiman dkk., 2023)

Fenomena tersebut didukung oleh hasil pra-survei yang menunjukkan bahwa *impostor syndrome* memiliki rata-rata 2,6, *self-efficacy* sebesar 2,4, dan kesiapan kerja sebesar 2,5 yang seluruhnya berada pada kategori sedang, sehingga menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir masih mengalami keraguan terhadap kemampuan diri, memiliki keyakinan diri yang belum optimal, serta belum sepenuhnya siap menghadapi dunia kerja.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *impostor syndrome* berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu, seperti munculnya rasa ragu terhadap kemampuan diri dan ketakutan akan penilaian orang lain (Prettycia & Aurelia, 2025). Di sisi lain, bahwa *self-efficacy* juga memiliki hubungan yang signifikan dengan kesiapan kerja, di mana tingkat keyakinan diri yang tinggi dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan dunia kerja (Karimah dkk., 2025). Namun, sebagian besar penelitian masih mengkaji kedua variabel tersebut secara terpisah, sehingga penelitian yang mengombinasikan *impostor syndrome* dan *self-efficacy* secara simultan terhadap kesiapan kerja, khususnya penelitian pada mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya masih terbatas..

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan bahwa *impostor syndrome* dan *self-efficacy* merupakan faktor yang diduga memengaruhi kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. *Impostor syndrome* yang belum optimal serta adanya *self-efficacy* berpotensi menurunkan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *self-efficacy* serta *impostor syndrome* terhadap kesiapan kerja. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu manajemen sumber daya manusia, khususnya terkait faktor psikologis, serta

menjadi bahan pertimbangan bagi pihak terkait dalam meningkatkan kesiapan kerja mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan verifikatif. Pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi *impostor syndrome*, *self-efficacy*, dan kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir, sedangkan verifikatif digunakan untuk menguji pengaruh antar variabel melalui analisis statistik. Metode ini dipilih karena menggunakan data numerik yang diolah secara sistematis untuk menguji hipotesis secara objektif (Sugiyono, 2019).

Objek dan Subjek Penelitian

Objek penelitian ini adalah *impostor syndrome*, *self-efficacy*, dan kesiapan kerja, dengan dua variabel pertama sebagai variabel bebas dan kesiapan kerja sebagai variabel terikat. Subjek penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya yang sedang berada pada fase transisi ke dunia kerja.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. Sampel ditentukan menggunakan rumus *Lemeshow* sebanyak 96 responden, dengan teknik *non-probability sampling* melalui metode *purposive sampling* sesuai kriteria mahasiswa yang sedang mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner berdasarkan indikator masing-masing variabel. Pengukuran menggunakan skala *Likert* 1–5 dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju untuk mengukur persepsi responden (Simamora, 2022).

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS untuk mengolah data secara cepat dan akurat. Data kuesioner diubah dari skala ordinal ke interval menggunakan MSI. Uji validitas dilakukan dengan kriteria r hitung $>$ r tabel ($\alpha = 0,05$), dan

uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* $>$ 0,60. Uji asumsi klasik meliputi normalitas (*Kolmogorov-Smirnov*, $\text{Sig.} >$ 0,05), multikolinieritas (*Tolerance* \geq 0,10 dan *VIF* \leq 10), serta heteroskedastisitas menggunakan grafik *scatterplot*. Analisis dilanjutkan dengan regresi linear berganda untuk menguji pengaruh *impostor syndrome* (X1) dan *self-efficacy* (X2) terhadap kesiapan kerja (Y), serta uji hipotesis menggunakan R^2 dan uji t pada signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Validitas

Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh item pernyataan memiliki nilai r -hitung yang lebih besar dibandingkan r -tabel (0,201), sehingga dapat dinyatakan bahwa seluruh item kuesioner valid. Hal ini menunjukkan bahwa setiap butir pernyataan mampu mengukur variabel penelitian secara tepat dan layak digunakan sebagai instrumen dalam pengumpulan data.

Uji Reliabilitas

Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel *Impostor Syndrome* (IS) memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,787, variabel *Self-Efficacy* (SE) sebesar 0,856, dan variabel Kesiapan Kerja (KK) sebesar 0,866. Seluruh variabel tersebut memiliki nilai *Cronbach's Alpha* di atas 0,70, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen penelitian reliabel dan memiliki konsistensi internal yang baik.

Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,074 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas pada model regresi telah terpenuhi.

Uji Multikolinieritas

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas, diketahui bahwa variabel *impostor syndrome* dan *self-efficacy* memiliki nilai *tolerance* sebesar 0,318 ($>$ 0,10) dan nilai *VIF* sebesar 3,149 ($<$ 10). Hal ini menunjukkan bahwa

Tabel 1
Uji Validitas

| Pertanyaan | R-Tabel | R-hitung | Sig. | Ket |
|------------|---------|----------|------|-------|
| F1 | | 0,731 | - | Valid |
| F2 | | 0,731 | - | Valid |
| L1 | 0,201 | 0,732 | - | Valid |
| L2 | | 0,599 | - | Valid |
| D1 | | 0,737 | - | Valid |
| D2 | | 0,67 | - | Valid |
| L1 | | 0,768 | - | Valid |
| L2 | | 0,796 | - | Valid |
| G1 | 0,201 | 0,762 | - | Valid |
| G2 | | 0,791 | - | Valid |
| S1 | | 0,764 | - | Valid |
| S2 | | 0,691 | - | Valid |
| KD1 | | 0,769 | - | Valid |
| KD2 | | 0,703 | - | Valid |
| PL1 | 0,201 | 0,706 | - | Valid |
| PL2 | | 0,791 | - | Valid |
| KME1 | | 0,845 | - | Valid |
| KME2 | | 0,822 | - | Valid |

Sumber: Data Diolah, 2026

Tabel 2
Uji Reliabilitas

| Variabel | Cronbaach's alpha | Reliabilitas | Ket |
|----------|-------------------|--------------|----------|
| IS | 0,787 | 0,7 | Reliabel |
| SE | 0,856 | 0,7 | Reliabel |
| KK | 0,866 | 0,7 | Reliabel |

Sumber: Data Diolah, 2026

tidak terjadi multikolinieritas antar variabel independen, sehingga model regresi yang digunakan telah memenuhi asumsi dan layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Uji Heterokedastisitas

Berdasarkan grafik *scatterplot*, terlihat bahwa titik-titik menyebar secara acak di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y serta tidak membentuk pola tertentu seperti bergelombang, menyempit, atau melebar. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas, sehingga model regresi memenuhi asumsi homoskedastisitas dan

layak digunakan dalam analisis lebih lanjut.

Uji t

Berdasarkan hasil uji t, diketahui bahwa variabel *impostor syndrome* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,026 ($< 0,05$) sehingga berpengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja. Sementara itu, *self-efficacy* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$) yang juga menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja. Dengan demikian, kedua variabel independen secara parsial berpengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa.

Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Berdasarkan tabel, nilai R Square sebesar 0,704 menunjukkan bahwa sebesar 70,4% variasi kesiapan kerja dapat dijelaskan oleh *impostor syndrome* dan *self-efficacy*. Hal ini mengindikasikan bahwa kedua variabel independen memiliki kontribusi yang cukup

besar dalam menjelaskan kesiapan kerja mahasiswa. Sementara itu, sisanya sebesar 29,6% dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian seperti pengalaman kerja, lingkungan, maupun faktor psikologis lainnya.

Tabel 3
Uji Normalitas

| | | <i>Unstandardized Residual</i> |
|--|--------------------------------|--------------------------------|
| N | | 96 |
| <i>Normal Parameters^{a,b}</i> | <i>Mean</i> | 0,00 |
| | <i>Std. Deviation</i> | 2322,983 |
| <i>Most Extreme Differences</i> | <i>Absolute</i> | 0,086 |
| | <i>Positive</i> | 0,078 |
| | <i>Negative</i> | -0,086 |
| <i>Test Statistic</i> | | 0,086 |
| <i>Asymp. Sig. (2-tailed)^c</i> | | 0,074 |
| <i>Monte Carlo Sig. (2-tailed)^d</i> | <i>Sig.</i> | 0,079 |
| | <i>99% Confidence Interval</i> | |
| | <i>Lower Bound</i> | 0,072 |
| | <i>Upper Bound</i> | 0,086 |

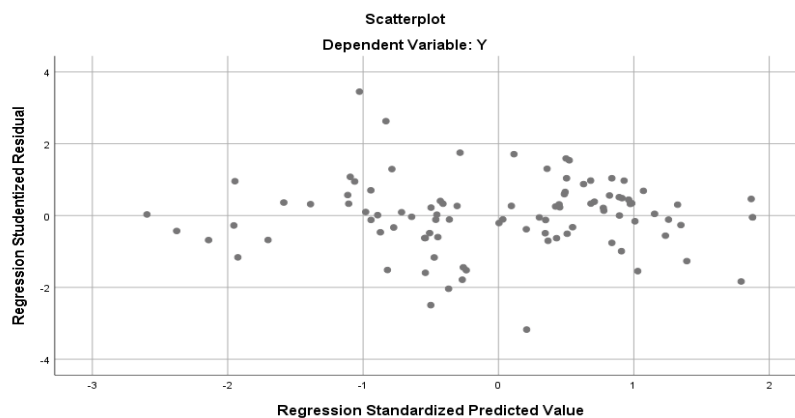
Sumber: Data Diolah, 2026

Table 4
Uji Multikolinieritas

| Model | <i>Unstandardized Coefficients</i> | | <i>Standardized Coefficients</i> | t | Sig. | <i>Collinearity Statistics</i> | |
|-------------------------|------------------------------------|-------------------|----------------------------------|-------|-------|--------------------------------|-------|
| | B | <i>Std. Error</i> | Beta | | | <i>Tolerance</i> | VIF |
| <i>(Constant)</i> | 2,907 | 1,162 | | 2,501 | 0,014 | | |
| <i>Impostor Syndrom</i> | 0,245 | 0,109 | 0,226 | 2,256 | 0,026 | 0,318 | 3,149 |
| <i>Self Efficacy</i> | 0,647 | 0,101 | 0,643 | 6,427 | 0,000 | 0,318 | 3,149 |

Sumber: Data Diolah, 2026

Gambar 1. Grafik *Scatterplot* Hasil Uji Heteroskedastisitas



Sumber: Data Diolah, 2026

Tabel 6
Uji t

| Model | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
|-------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|-------|
| | B | Std. Error | Beta | | |
| (Constant) | 2,907 | 1,162 | | 2,501 | 0,014 |
| Impostor Syndrome | 0,245 | 0,109 | 0,226 | 2,256 | 0,026 |
| Self Efficacy | 0,647 | 0,101 | 0,643 | 6,427 | 0,000 |

Sumber: Data Diolah, 2026

Tabel 7
Uji Koefisien Determinasi (R²)

| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1 | .839a | 0,704 | 0,698 | 2,438 |

Sumber: Data Diolah, 2026

PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-efficacy* dan *impostor syndrome* berpengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa faktor psikologis memiliki peran penting dalam menentukan kesiapan individu menghadapi dunia kerja. *Self-efficacy* berpengaruh karena keyakinan diri mendorong kemampuan individu dalam menghadapi tantangan, beradaptasi, dan menyelesaikan tugas, sehingga meningkatkan kesiapan kerja. Sebaliknya, *impostor syndrome* memengaruhi kesiapan kerja karena adanya keraguan terhadap kemampuan diri dan ketakutan akan penilaian orang lain yang dapat menghambat kepercayaan diri.

Temuan ini didukung oleh teori yang menyatakan bahwa keyakinan diri (*self-efficacy*) merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku dan kesiapan individu (Sari dkk., 2026). sedangkan kondisi psikologis negatif seperti *impostor syndrome* menjelaskan bahwa individu yang mengalaminya cenderung meragukan kemampuan dirinya sendiri meskipun memiliki pencapaian yang baik, sehingga kondisi ini dapat menghambat kesiapan individu dalam menghadapi dunia kerja (Suak dkk., 2025) Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menjelaskan hubungan antar variabel, tetapi juga

menjawab kesenjangan penelitian sebelumnya yang masih mengkaji kedua variabel secara terpisah, sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesiapan kerja mahasiswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, *self-efficacy* dan *impostor syndrome* berpengaruh signifikan terhadap kesiapan kerja mahasiswa tingkat akhir di Kabupaten Tasikmalaya. *Self-efficacy* meningkatkan kesiapan kerja melalui keyakinan diri, sedangkan *impostor syndrome* menurunkan kesiapan kerja karena menimbulkan keraguan terhadap kemampuan diri. Temuan ini memberikan manfaat teoritis dalam pengembangan ilmu manajemen sumber daya manusia terkait faktor psikologis, manfaat empiris sebagai bukti bahwa kesiapan kerja dipengaruhi oleh aspek mental, serta manfaat praktis sebagai bahan pertimbangan bagi perguruan tinggi dalam meningkatkan kualitas lulusan agar lebih siap kerja. Kebaruan penelitian ini terletak pada penggabungan *self-efficacy* dan *impostor syndrome* dalam satu model terhadap kesiapan kerja. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada cakupan sampel dan pendekatan yang digunakan, sehingga hasil penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menambah variabel

atau menggunakan metode yang lebih komprehensif agar memperoleh hasil yang lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatiman, N., Muhammad, H. H., & Tinamba, S. (2023). Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa SMA Yasnu Sofifi Kota Tidore Kepulauan. *Jurnal Ilmiah Matematika (JIMAT)*, 4(1), 67-84.
- Karimah, I., Abdi, M. N., & Mufid, M. (2025). Peran Literasi Digital, Adaptabilitas dan *Self Efficacy* dalam Memengaruhi Kesiapan Kerja Gen Z di Era Transformasi Teknologi. *JMD Jurnal Riset Manajemen & Bisnis Dewantara*, 8(1), 41-52. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8266750>
- Kompas.com. (2023). *Menaker: 12 persen pengangguran RI didominasi lulusan S1 dan diploma*. <https://www.kompas.com/edu/read/2023/02/23/085024071/menaker-12-persen-pengangguran-ri-didominasi-lulusan-s1-dan-diploma>.
- Oktaviani, S. D., & Rasyid, M. (2024). Fenomena *Impostor Syndrome* dan Ketangguhan Akademik, Kombinasi Pemicu Munculnya Kecemasan Akademik. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 5(6), 2375-2382. <https://doi.org/10.38035/jmpis>.
- Sela, N. P., Grahani, F. O., & Mardiyanti, R. (2022). Studi Korelasi Modal Psikologi dengan Kesiapan Kerja Mahasiswa Semester Akhir di Universitas Wijaya Putra Surabaya. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 20(2), 45-51.
- Prettycia, T., & Aurelia, N. (2025). Peran *Impostor Syndrome* Terhadap Kesejahteraan Karyawan. *Jurnal Psimawa Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 8(1), 181-190.
- Sugiyono. (2019). *Model Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Edisi II)*. Alfabeta, CV.
- Ridwan, M., & Pradikto, S. (2025). Pengaruh Keaktifan Mahasiswa Berorganisasi dan Prestasi Belajar terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa S1 Pendidikan Ekonomi Universitas PGRI Wiranegara. *Journal of Science and Education Research*, 4(1), 65-70. <https://doi.org/10.62759/jser.v4i1.170>.
- Sari, I. K. Hidayah, F. (2026). Pengaruh Keahlian Akuntansi dan Pengalaman Magang terhadap Kesiapan Kerja dengan *Self Efficacy* sebagai Variabel Moderasi (Survei pada Mahasiswa Akuntansi Universitas Swasta di Surakarta). *Journal of Clinical, Industrial, Social and Educational Psychology*, 5(1), 3591-3599. <https://doi.org/10.32492/idea.v9i2.9201>.
- Simamora, B. (2022). Skala *Likert*, Bias Penggunaan dan Jalan. *jurnal manajemen1* 2(1), 84-93.
- Suak, C. A., Mandang, J. H., Lovihan, M. A. K., & Undap, T. R. (2025). Pengaruh *College Adjustment* Pada Fenomena *Imposter Syndrome* di Kalangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Negeri Manado. *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, dan Pendidikan*, 5(1), 575-588.