

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Impostor Syndrome atau fenomena impostor merupakan istilah psikologis untuk mendeskripsikan ketidakmampuan seseorang untuk menerima pencapaian dan prestasi yang diraih karena merasa telah menipu orang lain. Penderita *impostor syndrome* merasa setiap orang memiliki kemampuan yang setara sehingga menimbulkan rasa tidak pantas untuk menerima penghargaan atau prestasi di atas orang lain (Cox, 2018, 04:18). Orang yang mengalami *impostor syndrome* cenderung memiliki kualitas hidup yang rendah dan gangguan psikologis lainnya seperti depresi dan kecemasan (Thompson et al, 1998; Schubert & Bowker 2017). Penelitian oleh Mascarenhas dkk. (dalam Nurhikma, 2019) menunjukkan partisipan dengan *impostor phenomenon* memiliki kepercayaan diri yang rendah yang berdampak pada ketidakmampuan untuk menginternalisasikan keterampilan dan pencapaian diri serta kemampuan pengambilan keputusan yang buruk.

Impostor syndrome dapat terjadi pada siapa saja, khususnya pada orang yang dituntut untuk memiliki pencapaian intelektual (Tyas, 2020). Kondisi ini kerap ditemui lingkungan pendidikan tinggi atau universitas yang memiliki tingkat persaingan tinggi. Kondisi ini telah diteliti secara *micro* pada beberapa universitas di Indonesia yang menunjukkan bahwa kondisi ini terjadi diberbagai universitas dan mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Terdapat 5 jenis *impostor syndrome* yang terdiri dari *The Perfectionist*, *The Natural Genius*, *The Soloist*, *The Expert*, dan *The Superhero*. Masing – masing jenis *impostor syndrome* memiliki ciri, penyebab, dampak, serta penanganan yang berbeda.

Individu dengan *Impostor Syndrome* cenderung memiliki ambisi yang tinggi untuk terlihat pintar dalam bidang akademik namun kesulitan dalam proses belajarnya hingga berdampak pada kelelahan emosional, kehilangan motivasi, serta perasaan bersalah dengan keberhasilan yang dicapai (Clance & Imes, 1978).

Berdasarkan pengujian menggunakan analisis Regresi Sederhana, ditemukan hasil positif mengenai hubungan fenomena *impostor syndrome* terhadap kecenderungan kecemasan akademis pada mahasiswa (Ati dkk, 2015). Kondisi ini juga akan berdampak pada kemampuan mahasiswa untuk berinteraksi dan bersosialisasi. Rendahnya kesadaran mahasiswa terhadap potensi *Impostor syndrome*, akan menghambat proses penanganan dan berpotensi menjadi sebuah siklus pengulangan. Sehingga, dibutuhkan sebuah media yang mampu menginformasikan mengenai ciri, faktor, dampak, dan penanganan sesuai dengan tipe *Impostor Syndrome* yang dialami.

Media informasi mengenai jenis dan penanganan *impostor* saat ini hanya terbatas pada jurnal dan portal berita yang kurang komunikatif. Sedangkan, minat membaca mahasiswa tinggi pada bentuk bacaan novel dan komik yang terintegrasi dengan pengalaman tertentu serta didukung dengan penggunaan gambar baik berwarna maupun tidak (Nurbaeti dan Mumpuni, 2019). Data UNESCO juga menyatakan bahwa Indonesia berada pada urutan kedua dari bawah di dunia dengan nilai 0,001% (Devega, 2017). Pada media-media yang telah ada, informasi belum disertai dengan gambar yang representatif dengan konten informasi yang kurang sesuai dengan kehidupan mahasiswa sehingga penyampaian informasi belum maksimal.

Berdasarkan masalah yang telah dijabarkan sebelumnya, fenomena *impostor syndrome* pada mahasiswa masih belum diketahui karena informasi yang dihadirkan belum sesuai dengan kebutuhan mahasiswa. Munir (dalam Fauziah, 2019) mengungkapkan multimedia interaktif sebagai multimedia yang dibuat untuk memenuhi fungsi sebagai penyampai informasi. Penggunaan media interaktif sebagai media informasi dapat membantu meningkatkan efisiensi informasi (Akbar, dkk, 2016). Oleh sebab itu, penulis memutuskan untuk merancang sebuah media informasi interaktif mengenai *impostor syndrome* dengan konten informatif dan berhubungan dengan mahasiswa. Hasil perancangan diharapkan mampu membantu mahasiswa lebih mengenal kondisi *impostor syndrome* yang dialami dan mampu menghargai proses serta pencapaian yang telah diraih.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, ditemukan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya informasi dalam menghadapi 5 jenis *impostor syndrome* pada mahasiswa.
2. Ketersediaan media informasi terkait *Impostor Syndrome* yang kurang efektif dan efisien untuk mahasiswa.

Sehingga rumusan malah yang penulis angkat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagaimana perancangan *website* yang bisa diterapkan secara efektif dan efisien oleh mahasiswa yang berpotensi mengalami *impostor syndrome*?

1.3 Batasan Masalah

Perancangan *website* ditujukan kepada mahasiswa aktif dengan kondisi sebagai berikut:

1) Demografis

- a. Jenis Kelamin : Pria dan wanita
- b. Usia : 19—23 tahun
Penulis mengklasifikasikan usia berdasarkan data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia (kemendikbud)
- c. Tingkat Ekonomi : SES A—C
- d. Tingkat Pendidikan : sedang mengenyam pendidikan Sarjana
- e. Jenis Pendidikan : dibatasi pada bidang studi industri kreatif sehingga prospek studi kasus dan prospek karir yang dibahas cenderung mengutamakan industry kreatif.

2) Geografis

Target market dalam perancangan ini dibatasi pada lingkup perkotaan JABODETABEK.

3) Psikografis

Target market dalam perancangan ini dibatasi pada mahasiswa aktif yang memiliki ciri psikografis sebagai berikut:

- a. Mahasiswa yang memiliki kecemasan akademik
- b. Memiliki kritik tajam terhadap diri sendiri
- c. Memiliki ekspektasi tinggi pada diri sendiri dalam mengerjakan tugas
- d. Mengerjakan hal diluar batas kemampuan
- e. Merasa tidak nyaman saat mendapatkan pujian atau prestasi yang baik
- f. Mahasiswa yang sering membandingkan diri dengan orang lain.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan tugas akhir ini adalah merancang media informasi yang dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai refleksi diri dan sumber informasi terkait dampak dan solusi dari *Impostor Syndrome* yang dialami.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dibagi menjadi tiga bagian: manfaat bagi penulis, bagi orang lain dan bagi universitas.

1.5.1 Bagi Penulis

Melalui penulisan dan perancangan Tugas Akhir ini, penulis dapat meningkatkan wawasan dan rasa empati terhadap topik yang diangkat. Penulis juga dapat menunjukkan hasil pembelajaran selama berkuliah di Universitas Multimedia Nusantara melalui proses riset dan perancangan *website*.

1.5.2 Bagi Masyarakat

Melalui penulisan dan perancangan Tugas Akhir ini, penulis dapat mengedukasi dan membantu mahasiswa yang mengalami dampak atau ciri dari *Impostor Syndrome* untuk mengenal diri dan mampu mengatasi kondisi yang dialami dengan lebih baik.

1.5.3 Bagi Universitas

Melalui penulisan dan perancangan Tugas Akhir ini, penulis dapat berkontribusi dalam perkembangan ilmu pengetahuan Desain Komunikasi Visual (DKV) serta menjadi referensi bagi mahasiswa lain yang mengangkat dan membahas topik serupa.



UMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA