

---

## Impostor Syndrome sebagai Prediktor Kecanduan AI: Sebuah Pendekatan Kuantitatif

---

Rahma Aura Yuliani, Cemara Samarantu Sukoco, Mita Tiana Sari

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email

rahmaauray1717@gmail.com, samarantu26@gmail.com, tmita9916@gmail.com

---

### Abstract

*The phenomenon of impostor syndrome and AI addiction is increasingly relevant among college students. AI addiction is a state in which a person becomes highly dependent and finds it difficult to escape the use of artificial intelligence (AI) technology. This study aims to determine the influence of impostor syndrome on AI addiction among college students. The method used was quantitative with data collection techniques through questionnaires on 130 respondents. The measurement tools used are the Impostor Phenomenon Scale and the Dependence on Artificial Intelligence Scale. The data analysis technique used simple linear regression analysis with the help of SPSS 26 software. The results of the analysis showed that the value of  $p = 0.001 < 0.05$ , so there was a significant influence between impostor syndrome and AI addiction. An  $R$ -square value of 0.076 shows that impostor syndrome has a 7.6% effect on AI addiction. It can be concluded that the hypothesis in this study regarding the influence of impostor syndrome on AI addiction among college students is acceptable.*

**Keyword :** dependency AI; impostor syndrome

### Abstrak

Fenomena *impostor syndrome* dan kecanduan AI semakin relevan di kalangan mahasiswa. Kecanduan AI adalah suatu keadaan di mana seseorang menjadi sangat bergantung dan sulit melepaskan diri dari penggunaan teknologi kecerdasan buatan (AI). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *impostor syndrome* terhadap kecanduan AI di kalangan mahasiswa. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner pada 130 responden. Alat ukur yang digunakan adalah *Impostor Phenomenon Scale* dan *Dependence on Artificial Intelligence Scale*. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan *software* SPSS 26. Hasil analisis menunjukkan nilai  $p = 0.001 < 0.05$ , sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara *impostor syndrome* dengan kecanduan AI. Nilai  $R$  square sebesar 0.076 menunjukkan bahwa *impostor syndrome* memberikan pengaruh sebesar 7.6% terhadap kecanduan AI. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini terkait pengaruh *impostor syndrome* terhadap kecanduan AI di kalangan mahasiswa dapat diterima.

**Kata Kunci:** *impostor syndrome*; kecanduan AI

---

## Pendahuluan

Dunia pendidikan telah memasuki fase perubahan besar yang ditandai dengan perkembangan teknologi informasi digital yang begitu pesat. Salah satu bentuk transformasi tersebut adalah meningkatnya penggunaan *artificial intelligence* (AI) di kalangan mahasiswa. Data Statista Market Insight (2024) menampilkan jumlah pengguna AI tools di Indonesia dari tahun 2020 hingga 2030. Pada tahun 2020, jumlah pengguna AI tools tercatat sebanyak 0,15 juta. Setiap tahunnya angka ini meningkat drastis mencapai 1,04 juta pada tahun 2023. Dari tren tersebut, jumlah pengguna AI tools diprediksi terus meningkat, hingga diprediksi mencapai 3,33 juta pada tahun 2030.

Secara umum, perkembangan AI memberikan dampak yang positif sekaligus negatif. Teknologi AI tidak hanya digunakan untuk mendukung dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, tetapi juga digunakan dalam kegiatan non-akademik, seperti hiburan dan interaksi sosial (Patimah, 2024). Menurut Patimah (2024), penggunaan AI oleh mahasiswa memiliki dampak yang signifikan pada perilaku dan integritas akademik. Sebagian mahasiswa mengaku mengalami ketergantungan AI dalam kegiatan pembelajaran. Salah satu teknologi AI yang semakin populer di kalangan mahasiswa adalah Chat GPT (Agunawan, 2024). Meskipun membawa dampak positif, penggunaan AI juga dapat menyebabkan penurunan kemampuan berpikir kritis, menulis, dan pemahaman materi pembelajaran. Selain itu, ketergantungan AI dapat menyebabkan seseorang meragukan kemampuan dirinya sendiri sehingga memilih untuk mengandalkan bantuan teknologi meskipun sebenarnya dia mampu dalam menyelesaikan tugas dengan mandiri (Zhang, 2024). Kondisi tersebut berkaitan dengan gejala yang dikenal dengan istilah *impostor syndrome*.

*Impostor syndrome* merupakan suatu kondisi psikologis di mana individu menjalani hidup dengan rasa meragukan diri sendiri, merasa tidak layak atas keberhasilan yang mereka peroleh, menganggap pencapaian tersebut hanya sebagai suatu kebetulan, serta mengalami keraguan yang terus-menerus terhadap kemampuan diri dalam mencapai prestasi tersebut (Hawley dalam Oktaviani, 2024). Chrisman dalam Mukti (2024) menyebutkan tiga aspek *impostor syndrome*, yaitu *fake*, *discount*, dan *luck*. *Fake* mencerminkan keraguan diri dan kekhawatiran akan kecerdasan serta kemampuan individu. Di sisi lain, *discount* menggambarkan kesulitan seseorang dalam menerima pujian dan mengakui

pencapaian positif. Sementara itu, *luck* berkaitan dengan pandangan bahwa pencapaian yang diraih seseorang terjadi secara kebetulan atau tanpa disengaja. Mahasiswa yang mengalami *impostor syndrome* cenderung meyakini bahwa semua pencapaian dan keberhasilan mereka bukanlah hasil kemampuan pribadi, melainkan karena faktor keberuntungan (Wei, 2020). Keyakinan ini kemudian menumbuhkan perasaan ragu terhadap kompetensi diri yang sebenarnya. Sehingga mereka memiliki kecemasan yang berlebihan saat menjalankan tugas akademik (Muslimah dalam Oktaviani, 2024). Guna mengurangi rasa cemas yang berlebih, mereka akan memanfaatkan alat bantu AI seperti Chat GPT. Rasa cemas yang teratasi dengan bantuan AI mengakibatkan mahasiswa menjadi bergantung pada AI hingga mengalami kecanduan.

Kecanduan AI di kalangan mahasiswa adalah kondisi dimana mahasiswa terlalu sering menggunakan *artificial intelligence* atau AI dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan dengan mengabaikan proses berpikir kritis dan belajar secara mandiri (Lukman, 2024). Menurut Maula (2024), penggunaan AI yang berlebihan dapat membuat mahasiswa “malas berpikir” dan hanya mengandalkan jawaban instan dari AI, tanpa mengenal atau memahami materi secara lebih mendalam. Mahasiswa yang menggunakan AI cenderung mencari hal yang sebenarnya dapat mereka jawab sendiri serta mengandalkan jawaban hanya dengan menyalin langsung tanpa memastikan jawaban yang diberikan benar atau salah dan memiliki sumber teori yang akurat atau tidak (Rusman, 2024). Hal ini menumbuhkan rasa tidak percaya diri pada mahasiswa dalam mencari jawaban jika tidak dibantu AI, sehingga mahasiswa semakin sering untuk menggunakannya setiap kali ada tugas.

Mahasiswa yang mengalami *impostor syndrome* sering merasa kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi tekanan akademik, sehingga mereka cenderung mencari alat bantu eksternal seperti AI untuk menyelesaikan pekerjaan secara secepat (Hungsie, 2024). Namun, penggunaan teknologi AI secara terus menerus dapat menyebabkan gangguan tidur dan kecemasan serta berdampak pada kesehatan mental seperti depresi (Gumelar, 2023). Karena alasan inilah *impostor syndrome* dapat menjadi pemicu terhadap ketergantungan AI. Artikel yang ditulis oleh Admin (2025) dalam portal berita Itulah.com mengatakan ketergantungan AI pada mahasiswa dengan *impostor syndrome* dapat muncul sebagai upaya untuk menghindari rasa cemas dan takut ketahuan tidak kompeten akan kemampuan yang dimiliki untuk

menyelesaikan tugas dengan sempurna meskipun memiliki prestasi nyata. Dengan menggunakan AI mereka dapat merasa aman dengan jawaban yang diberikan. Namun sebenarnya, penggunaan AI justru memperparah siklus ketergantungan karena mengurangi kepercayaan pada kemampuan diri (Leitner, 2023).

Meskipun topik tentang penggunaan AI oleh mahasiswa sudah banyak diteliti, penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan mengkaji secara kuantitatif hubungan antara aspek psikologis, khususnya *impostor syndrome*, dan perilaku kecanduan AI pada mahasiswa yang hingga kini masih jarang dieksplorasi secara mendalam. Penelitian yang dilakukan oleh Patimah (2024) hanya menyoroti bahwa penggunaan AI berpengaruh terhadap perilaku sosial, integrasi akademik dan kesiapan kerja mahasiswa dan tidak meneliti faktor psikologis yang mendorong mahasiswa menggunakan AI. Selain itu, penelitian oleh Ali (2015) juga hanya meneliti *impostor syndrome* dapat berpengaruh terhadap kecemasan akademik, tanpa mengeksplorasi dampaknya terhadap perilaku seperti kecanduan AI. Padahal individu dengan *impostor syndrome* cenderung mengalami tekanan psikologis seperti rasa takut, pertentangan, kekhawatiran, dan harapan yang belum tercapai yang dapat membuat mereka mencari hal lain sebagai pelarian, yang bisa berbentuk ketergantungan terhadap bantuan AI. Di samping itu, penelitian yang dilakukan oleh Nurunnajmiah (2019) menemukan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara *emotional intelligence* dengan kecanduan internet pada mahasiswa pengguna WhatsApp dan Instagram. Berbeda dengan penelitian ini yang meneliti pengaruh *impostor syndrome* terhadap kecanduan AI, dengan asumsi bahwa kondisi psikologis negatif justru dapat mendorong perilaku adaptif terhadap teknologi. Dari penjelasan penelitian sebelumnya, penelitian ini penelitian pertama yang menguji hubungan spesifik antara *impostor syndrome* dengan kecanduan AI sebagai fenomena yang semakin krusial di kalangan mahasiswa setelah kehadiran generatif AI. Temuan ini tidak hanya memperluas wawasan psikologi digital, tetapi juga menyediakan dasar empiris untuk mengembangkan kebijakan kampus yang mengintegrasikan kesehatan mental dan etika penggunaan AI.

Dengan semakin banyak individu yang mengandalkan teknologi berbasis AI dalam kehidupan sehari-hari, muncul pertanyaan penting mengenai bagaimana faktor psikologis, seperti *impostor syndrome*, dapat berperan dalam

meningkatkan kecenderungan kecanduan terhadap teknologi ini. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh *impostor syndrome* terhadap kecanduan kecerdasan buatan (AI) dengan hipotesis bahwa individu dengan *impostor syndrome* lebih rentan terhadap kecanduan AI. Di harapkan, penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam pemahaman lebih mendalam mengenai dinamika antara faktor psikologis dan perilaku kecanduan teknologi.

### Metode Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif *non-eksperimental* karena dalam penelitian ini tidak ada intervensi/manipulasi variabel karena peneliti mengamati fenomena secara alami. Desain dalam penelitian ini menggunakan korelasional *cross-sectional* untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan serta pengaruh antara *impostor syndrome* dan kecanduan AI pada populasi mahasiswa. Alasan peneliti memilih desain ini karena data dikumpulkan dalam satu waktu yang berfokus pada identifikasi hubungan antar variabel. Penelitian ini menggunakan survei *online* melalui Google Formulir yang disebarakan kepada mahasiswa di wilayah Purwokerto. Pada Google Formulir yang tersedia, terdapat halaman persetujuan pengisian kuesioner dan pertanyaan apakah menjadi pengguna AI aktif. Di sana juga dijelaskan mengenai kerahasiaan data dan penggunaannya hanya untuk keperluan akademik.

### Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang ada di wilayah Purwokerto sebanyak 130 mahasiswa. Jumlah ini diperoleh dari hasil perhitungan menggunakan rumus Lemeshow. Oleh karena itu teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Adapun kriteria partisipan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, aktif berkuliah (semester 2-8), berada di wilayah Purwokerto, dan pernah menggunakan tools AI untuk menyelesaikan tugas akademik (Chat GPT, Copilot, Deep Seek, Blackbox AI, dan sebagainya). Peneliti mendapatkan partisipan dengan cara menyebarkan kuesioner secara online kepada mahasiswa yang berada di wilayah Purwokerto.

### Instrumen

Instrumen dalam penelitian ini dibuat dalam bentuk skala Likert yang kemudian dibuat dalam bentuk kuesioner online. Terdapat 5 respon

jawaban dalam menjawab skala ini, (1) Sangat Tidak Setuju, (2) Tidak Setuju, (3) Netral, (4) Setuju, dan (5) Sangat Setuju. Untuk mengukur tingkat kecanduan AI, peneliti mengadaptasi skala kecanduan AI yang dibuat oleh Morales-García, W. C. (2024) yang berisi lima aspek kecanduan AI yang dikembangkan dari *Skala Dependence on Artificial Intelligence* (DAI). Aspek-aspek ini terdiri dari: (1) *Feeling of vulnerability*, (2) *Concern about relevance and performance*, (3) *Need to maintain an update image*, (4) *Seeking external validation*, (5) *Fear of personal obsolescence*. Dalam mengadaptasi skala yang dikembangkan Morales-García, peneliti menambahkan beberapa item pada tiap indikator untuk menyesuaikan konteks penelitian sehingga total item skala kecanduan AI menjadi 15 item. Salah satu contoh item dalam instrumen ini, “Saya membutuhkan validasi dari AI untuk merasa percaya diri dengan keputusan saya”. Contoh ini terdapat pada aspek *seeking external validation*, dimana peneliti ingin mengetahui apakah partisipan akan menunjukkan ketergantungan emosional pada tools AI untuk mengambil keputusan. Berdasarkan hasil uji reliabilitas, didapatkan nilai *Cronbach’s alpha* sebesar 0.761 yang mengindikasikan bahwa konsistensi internal skala ini sangat baik. Instrumen ini juga telah melalui proses validitas isi yang dilakukan oleh ahli di bidang psikologi dalam rangka menilai kesesuaian item dengan indikator yang diukur. Hasil penilaian tersebut menunjukkan bahwa seluruh item dianggap layak dan relevan, sehingga dapat digunakan untuk mengukur kecanduan AI dalam penelitian ini.

Pada variabel *impostor syndrome*, peneliti menggunakan skala yang sudah ada tanpa mengubah item-item di dalamnya. Skala ini digunakan dalam penelitian Mukti (2024) yang diadaptasi langsung dari skala *Clance Impostor Syndrome Scale* (CIPS) yang dikembangkan oleh Clance. Skala ini terdiri dari 15 item dan terdapat 3 aspek. Aspek-aspek ini terdiri dari: (1) *Fake*, (2) *Discount*, (3) *Luck*. Salah satu item dalam skala ini adalah “Saya takut bahwa saya tidak akan mampu memenuhi harapan orang-orang setelah mereka memuji saya atas sesuai yang telah saya capai.” Contoh ini terdapat pada aspek *fake*, karena seolah-olah pencapaian yang dilihat orang lain itu palsu, dan suatu saat akan terbongkar bahwa sebenarnya tidak pantas dipuji. Uji reliabilitas skala ini menghasilkan nilai *Cronbach’s alpha* sebesar 0.876 artinya skala ini memiliki konsistensi internal yang sangat baik. Skala ini juga telah melalui proses validitas isi dengan melibatkan penilaian dari dosen psikologi

yang kompeten guna memastikan kesesuaian tiap item terhadap aspek-aspek *impostor syndrome* karena item digunakan secara utuh tanpa mengubah aslinya, serta telah terbukti valid dan reliabel, maka skala ini dinyatakan layak digunakan dalam konteks penelitian ini tanpa perlu melakukan modifikasi lebih lanjut.

### Teknik Analisis Data

Statistik deskriptif digunakan dalam penelitian ini untuk menganalisis data yang diperoleh dengan melakukan uji asumsi serta uji hipotesis dengan uji regresi linier sederhana menggunakan bantuan SPSS 26.

### Hasil Penelitian

Uji asumsi dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linearitas sebagai syarat sebelum analisis hipotesis. Hasil uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov*, menunjukkan bahwa data variabel kecanduan AI ( $Sig. = 0.200 > 0.05$ ) dan variabel *impostor syndrome* ( $Sig. = 0.071 > 0.05$ ) berdistribusi normal karena nilai  $Sig. > 0.05$ . Uji linearitas menunjukkan hubungan yang linear antara kedua variabel dengan nilai  $Sig. 0.002 < 0.05$  dan *deviation from linearity* menunjukkan nilai  $Sig. 0.899 > 0.05$ . Dengan demikian, asumsi normalitas dan linearitas terpenuhi, sehingga analisis dapat dilanjutkan menggunakan regresi linear sederhana.

Uji hipotesis menunjukkan hasil bahwa nilai *R square* adalah 0.076, yang artinya *impostor syndrome* memiliki berpengaruh sebesar 7.6% terhadap kecanduan AI. Sementara itu, sisanya sebesar 92.4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Tabel 1. Hasil Analisis F hitung**

	F Hitung	Signifikansi
<i>Regression</i>	10.557	0.001

Hasil dari nilai F hitung pada tabel ANOVA = 10.557 dan nilai *signifikansi* = 0,001 < 0,05. Maka dapat dikatakan bahwa variabel kecanduan AI dapat digunakan sebagai prediktor *impostor syndrome*.

**Tabel 2. Hasil Uji t**

	Beta	t	B	Sig.
<i>Constant</i>		15.612	41.144	.000
<i>Impostor Syndrome</i>	0.276	3.249	0.166	.001

Tabel 5 menunjukkan nilai  $t = 3.249$  serta nilai *signifikansi* = 0.001 < 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *impostor syndrome* dengan kecanduan AI. Persamaan regresinya yaitu:

$$Y = 41.144 + 0.166X$$



Nilai Constant 41.144 yang menunjukkan nilai positif artinya terdapat pengaruh positif dari *impostor syndrome* terhadap kecanduan AI. Dapat disimpulkan ketika variabel *impostor syndrome* naik 1 satuan maka variabel kecanduan AI akan naik 0.166. Nilai B 0.166 memiliki nilai positif artinya *impostor syndrome* memiliki nilai positif sebesar 0.166, menunjukkan bahwa *impostor syndrome* mengalami peningkatan sebesar 1% yang akan diikuti penurunan kecanduan AI sebesar 0.166 dengan asumsi variabel independen lainnya tetap konstan. Tanda positif menunjukkan adanya hubungan yang searah antara *impostor syndrome* dan kecanduan AI. Ketika nilai  $X = 0$  nilai Kecanduan AI (Y) diprediksi sebesar 41.144.

### Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *impostor syndrome* dan kecanduan AI di kalangan mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *impostor syndrome* yang dialami seseorang, maka semakin tinggi pula kecenderungannya untuk mengalami kecanduan dalam menggunakan teknologi AI. Arah hubungan ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami keraguan terhadap kemampuan dirinya sendiri cenderung mencari bantuan eksternal sebagai kompensasi atas rasa tidak percaya diri dan ketakutan akan kegagalan.

Menurut Rusman (2024), *impostor syndrome* bisa menyebabkan individu meragukan kompetensi mereka sendiri meskipun memiliki bukti keberhasilan, yang membuat individu untuk mencari dukungan eksternal guna mengatasi penasaran tidak layak tersebut. Dalam konteks ini, penggunaan AI bukan hanya sebagai alat bantu, melainkan berkembang menjadi bentuk ketergantungan psikologis yang membuat rasa tidak pantas yang dialami individu tersebut.

Penggunaan AI dijadikan sebagai strategi *coping* untuk mengurangi tekanan akademik yang tinggi dan perasaan tidak mampu menyelesaikan tugas tanpa bantuan (Chen et al., 2024). Namun ketergantungan ini dapat menghambat perkembangan keterampilan berpikir kritis dan kemandirian belajar. Hal ini akan menciptakan siklus di mana penggunaan AI yang berlebihan memperkuat perasaan tidak kompeten, yang pada akhirnya meningkatkan ketergantungan pada teknologi tersebut.

Adanya ketergantungan pada AI yang dipicu oleh *impostor syndrome* tidak hanya berdampak pada proses belajar, tetapi juga mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Guenes et al. (2025) menunjukkan bahwa individu dengan *impostor syndrome* mengalami tingkat kesejahteraan yang lebih rendah dan dapat diperburuk oleh ketergantungan pada teknologi sebagai mekanisme *coping*. Kondisi ini dapat membuat individu mengalami penurunan motivasi, merasa kelelahan mental, dan bahkan *burnout*, yang semuanya adalah dampak negatif pada kinerja akademik. Oleh karenanya, penting bagi sebuah institusi pendidikan untuk mengenali dan menangani *impostor syndrome* serta ketergantungan pada AI sebagai masalah yang saling terkait yang mempengaruhi kesejahteraan dan keberhasilan mahasiswa.

Implikasi temuan ini dengan teoritik dijelaskan bahwa penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perpaduan lintas teori, seperti hubungan antara *impostor syndrome*, *self-esteem*, dan perilaku teknologi, yang sudah dijelaskan dalam penelitian terbaru oleh (Mukti, 2024). Penelitian Mukti (2024) menjelaskan bahwa *self-esteem* terbukti menjadi mediator penting antara dukungan otonomi orang tua dan *impostor syndrome*. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis dalam diri individu seperti harga diri yang juga dapat memainkan peran dalam menghambat atau mendorong munculnya kecanduan AI, dengan *impostor syndrome* sebagai perantara.

Meskipun penelitian ini memberikan banyak wawasan baru mengenai *impostor syndrome* dan kecanduan AI, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, sampel yang digunakan relatif rendah sehingga hasilnya kurang dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas. Kedua, subjek yang diambil tidak benar-benar mengalami *impostor syndrome*. Hal tersebut dapat menyebabkan hasil penelitian kurang menggambarkan kondisi yang sesungguhnya.

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis regresi linier sederhana, nilai *signifikansi*  $p=0.001$  yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara *impostor syndrome* dan kecanduan AI. Meskipun nilai *R square* sebesar 0.076, menunjukkan bahwa pengaruh tersebut relatif kecil (7,6%) namun, hasil tetap penting karena memberikan pemahaman tentang dinamika aspek psikologis di balik perilaku kecanduan teknologi AI oleh mahasiswa. Temuan dalam penelitian ini menegaskan bahwa *impostor syndrome* bukan satu satunya faktor penyebab kecanduan AI, tetapi tetap memiliki peran yang tidak bisa diabaikan. Dengan demikian, hasil temuan ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima.

## Saran

Temuan dalam penelitian ini telah membuka peluang untuk pengembangan kajian lebih lanjut, maka peneliti mengembangkan model konseptual yang mengaitkan *impostor syndrome* dan kecanduan AI dengan pendekatan teoritis yang lebih luas dan variabel tambahan untuk pemahaman yang lebih komprehensif. Pihak kampus dapat merancang program edukasi literasi terpadu sehingga mahasiswa bijak dalam menggunakan teknologi AI. Di sarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan populasi dan sampel yang lebih besar agar dapat menginterpretasikan hasil yang diperoleh lebih luas lagi.

## Daftar Pustaka

- Admin. (2025, 16 April). Candu Curhat ke AI? Waspada! Dampak Psikologis yang Mengintai! Itulah.com. <https://1tulah.com/2025/04/16/candu-curhat-ke-ai-waspada!-dampak-psikologis-yang-mengintai/>
- Agunawan, A., Abdullah, M. A., Vega, N., Rahmadani, R., SS, W. I., & Azkar, A. (2024). Analisis ketergantungan penggunaan chat GPT di kalangan mahasiswa menyebabkan penurunan kualitas belajar. *Smartlock: Jurnal Sains dan Teknologi*, 3, 6-10.
- Ali, E. S., Kurniawati, Y., & Nurwanti, R. (2015). Peran impostor syndrome dalam menjelaskan kecemasan akademis pada mahasiswa baru. *Jurnal Mediapsi*, 1, 1-9. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2015.001.01.1>
- Chen, A., Wong, C., Tarrit, K., & Peruma, A. (2024). Impostor syndrome in final year computer science students: An eye tracking and biometrics study. In *International Conference on Human-Computer Interaction*.(pp.22-41).
- Guenes, P., Tomaz, R., Trinkenreich, B., Baldassarre, M. T., Storey, M. A., & Kalinowski, M. (2025). Impostor phenomenon among software engineers: investigating gender differences and well-being. In *Proceedings of the Sixt Workshop on Gender Equality, Diversity, and Inclusion in Software Engineering (GE@ISCE 2025)*. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2502.07914>
- Gumelar, G. (2023). Catatan editor: Menavigasi tantangan dan menciptakan peluang, peran vital ilmu psikologi di era kecerdasan buatan. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 12, 1-4. <https://dinastirev.org/JMPIS/article/view/2910>
- Hungsie, O. G., & Sahrani, R. (2024). Hubungan impostor syndrome dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berprestasi tinggi. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 16164-16173.
- Leitner M. (2020, 25 September). 5 Tipe Impostor Syndrome, Apa Kamu Termasuk Salah Satunya? IDN TIMES. <https://www.idntimes.com/science/discovery/izza-namira-1/macam-impostor-syndrome>. Diakses tanggal 30 April 2025.
- Lukman, L., Agustina, R., & Aisy, R. (2024). Problematika penggunaan artificial intelligence (AI) untuk Pembelajaran di Kalangan Mahasiswa STIT pemalang. *Madaniyah*, 13 (2), 242–255.
- Maula, S. R., Aprillian, S. D., Rachman, A. W., & Azman, M. N. M. (2024). Ketergantungan mahasiswa universitas jember terhadap artificial intelligence (AI). *ALADALAH: Jurnal Politik, Sosial, Hukum Dan Humaniora*, 2, 01-14. <https://doi.org/10.59246/aladalah.v2i1.608>
- Morales-García, W. C. (2024). Development and validation of a scale for dependence on artificial intelligence in university students. *Frontiers in Education*, 9, 1–7. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1323898>
- Mukti, D., Grafiyana, G. A., Na'imah, T., & Wijaya, D. A. P. (2024). Parental autonomy support and the impostor phenomenon: The mediation role of self-esteem in psychology students. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 5, 71-80.
- Nurunnajmiah P. A. (2019). Hubungan antara emotional intelligence dengan kecanduan internet pada mahasiswa pengguna whatsapp dan instagram. [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya].

- <https://core.ac.uk/download/pdf/226995171.pdf>
- Oktaviani, S. D., & Rasyid, M. (2024). Fenomena impostor syndrome dan ketangguhan akademik, kombinasi pemicu munculnya kecemasan akademik. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial (JMPIS)*, 5, 2375-2382.  
<https://doi.org/10.38035/jmpis.v5i6.2910>
- Patimah, N. N., Rahmanita, M. A., & Raharja, R. M. (2024). Adaptasi penggunaan artificial intelligence (AI) pada mahasiswa. *International Journal of Educational Technology and Society*, 1, 114-123.  
<https://doi.org/10.61132/ijets.v1i2.59>
- Rusman, I., & Qadrianti, L. (2024, October). Peran kecerdasan buatan dalam pembelajaran di era digital. In *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan IAIM Sinjai* (Vol. 3, pp. 42-46).
- Statista. (2024) Artificial intelligence-Indonesia: Market insight. Online at <https://www.statista.com/outlook/tmo/artificial-intelligence/indonesia#market-size>. Diakses pada 30 Mei 2025.
- Wei, M., Liu, S., Ko, S. Y., Wang, C., & Du, Y. (2020). Impostor feelings and psychological distress among Asian Americans: Interpersonal shame and self-compassion. *The Counseling Psychologist*, 48(3), 432-458.
- Zhang, S., Zhao, X., Zhou, T., & Kim, J. H. (2024). Do you have AI dependency? The roles of academic self-efficacy, academic stress, and performance expectations on problematic AI usage behavior. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 21(1), 34.