# PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP KECENDERUNGAN *IMPOSTOR SYNDROME* PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH UIN SATU TULUNGAGUNG

**SKRIPSI**


Oleh:

**Azzahra Rafsanjani**

NIM. 1860308222117


**PROGRAM STUDI**

**PSIKOLOGI ISLAM**

**FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI RAHMATULLAH**

**TULUNGAGUNG**

**JULI 2026**

# PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP KECENDERUNGAN *IMPOSTOR SYNDROME* PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH UIN SATU TULUNGAGUNG

**SKRIPSI**

Disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu persyaratan menempuh
program Sarjana (S1)
Psikologi Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung




Oleh:

**Azzahra Rafsanjani**

NIM. 1860308222117

**PROGRAM STUDI**

**PSIKOLOGI ISLAM**

**FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SAYYID ALI RAHMATULLAH**

**TULUNGAGUNG**

**JULI 2026**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan *Impostor Syndrome* Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung" . Yang disusun oleh Azzahra Rafsanjani, NIM 1860308222117 ini diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

| Pembimbing | Tanggal | Tanda Tangan |
|---|---|---|
| Nuzulunni'mah, M. Psi | 2 Juni 2026 | |

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Germino Wahyu Broto, M. Si.
NIP. 19800312014031001

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan *Impostor Syndrome* Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung". Yang ditulis oleh Azzahra Rafsanjani ini telah ditpertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pada hari Senin tanggal 6 Juli 2026 dan dierima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

**DEWAN PENGUJI**

| **Dewan Penguji** | **Tanda Tangan** |
|---|---|
| **Ketua Penguji** | |
| **Faruq, S.Psi., M.Psi.**<br>**NIP. 199011072023141822** | ..... |
| **Penguji Utama :** | |
| **Dr. Abdulloh Chakim, M.Pd.**<br>**NIP. 197301071998031003** | ..... |
| **Sekertaris Penguji:** | |
| **Nuzulunni'mah, M.Psi.**<br>**NIP. 199203232025212010** | ..... |

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Universita Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

**Prof. Dr. Ahmad Rizqon Khamami, Lc., M.A.**
**NIP. 197408292008011006**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang betanda tangan di bawah ini :

Nama : Azzahra Rafsanjani

NIM : 1860308222117

Jurusan : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Tulungagung, 06 Juli 2026

Saya yang menyatakan,




Azzahra Rafsanjani

NIM. 1860308222117

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**
**SAYYID ALI RAHMATULLAH TULUNGAGUNG**
**UPT PERPUSTAKAAN**
Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221
Telepon (0355) 321513, Website : http://perpustakaan.uinsatu.ac.id

## SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

| | | |
|---|---|---|
| Nama | : | Azzahra Rafsanjani |
| NIM | : | 18603082221117 |
| Jurusan | : | Psikologi Islam |
| Fakultas | : | Ushuluddin, Adab, dan Dakwah |
| Jenis Karya Ilmiah | : | Skripsi |

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (..Skripsi..) yang berjudul:

Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kecenderungan Impostor Syndrome pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

Dengan Hak Bebas Royalti Non-ekslusif ini UPT Perpustakaan UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 25 Juli 2026
Yang Menyatakan,




Azzahra Rafsanjani
*Nama terang dan tanda tangan*

## MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.
(QS. Al-Baqarah: 286)[1]

Karena sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.
(QS. Al-Qur'an Al-Insyirah: 5–6)[2]

Belajar tetap tenang di tengah banyak kehilangan, meski pernah runtuh dan hampir menyerah pada kehidupan, aku memilih bangkit perlahan, bertahan dengan realita, dan menjadi seseorang yang selalu ada untuk mendengar orang lain, karena aku tahu setiap orang sedang berjuang dengan caranya masing-masing.[3]

[1] Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya (Jakarta: Kalim, 2019), hlm. 49.
[2] Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya (Jakarta: Kalim, 2019), hlm. 596.
[3] Azzahra Rafsanjani

## PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan. Semoga segala ilmu dan pengalaman yang diperoleh selama proses penyusunan skripsi ini dapat memberikan manfaat, menjadi amal kebaikan, serta membawa keberkahan bagi penulis dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Dengan penuh rasa syukur, karya sederhana ini saya persembahkan kepada orang-orang yang selalu hadir dan memberi makna dalam perjalanan penyusunan skripsi ini.

1. Pertama, kepada Allah SWT. Terima kasih karena telah memberikan saya kesempatan untuk hadir di dunia ini, meskipun dalam beberapa fase kehidupan saya pernah merasa tidak pantas untuk ada. Terima kasih atas setiap takdir yang Engkau berikan, baik yang membuat saya bahagia maupun yang sempat menghancurkan saya hingga merasa kehilangan arah. Dari semua itu, saya belajar bahwa tidak ada luka yang hadir tanpa alasan. Terima kasih atas kesehatan, umur, rezeki, dan kesempatan untuk terus bertahan hingga sampai di titik ini. Terima kasih karena telah percaya bahwa saya mampu melewati semua ujian yang datang, bahkan ketika saya sendiri meragukan diri saya. Dan terima kasih karena masih menerima saya sebagai hamba-Mu, meskipun sering kali saya terlena oleh dunia, jauh dari rasa syukur, dan lupa bahwa selama ini Engkau tidak pernah benar-benar meninggalkan saya.
2. Untuk kedua orang tua saya. Terima kasih sudah merawat, menjaga, dan mendukung saya sampai sejauh ini. Terima kasih atas semua usaha yang mungkin tidak pernah benar-benar bisa saya balas. Terima kasih karena tetap bertahan menjadi orang tua yang baik meskipun hidup tidak selalu mudah untuk dijalani. Saya tahu tidak ada manusia yang sempurna, begitu juga dalam

menjadi orang tua, tetapi saya sangat menghargai setiap usaha untuk terus belajar dan menjadi lebih baik. Dari keluarga ini saya belajar banyak hal tentang kehidupan, tentang luka, tentang bertahan, dan tentang bagaimana seseorang harus menyelesaikan dirinya sendiri sebelum hadir sepenuhnya untuk orang lain. Terima kasih karena sudah mengajarkan bahwa menjadi dewasa bukan hanya tentang usia, tetapi juga tentang bagaimana kita memperbaiki diri agar tidak menghadirkan luka baru bagi orang lain. Apa pun yang pernah terjadi dalam hidup saya, kalian tetap menjadi rumah pertama tempat saya kembali.

3. Untuk adik kembar saya, Aulia Zahwa Raharja dan Alifia Zahwa Raharja. Terima kasih sudah menjadi bagian paling hangat dalam hidup saya. Terima kasih karena telah membuat hidup saya yang pernah terasa sepi menjadi jauh lebih berwarna. Dulu mungkin kita tidak banyak berkomunikasi, tetapi sekarang setiap pertanyaan kecil, cerita sederhana, dan perhatian yang kalian berikan terasa sangat berarti bagi saya. Terima kasih sudah percaya kepada saya sebagai kakak, meskipun saya sendiri sering merasa belum menjadi sosok yang sempurna. Kehadiran kalian membuat saya sadar bahwa saya masih memiliki alasan untuk tetap bertahan, bahkan di saat hidup terasa begitu berat. Saya berharap kalian selalu tumbuh menjadi pribadi yang baik, kuat, dan bahagia. Jika suatu hari dunia terasa tidak berpihak kepada kalian, ingatlah bahwa kalian selalu memiliki tempat untuk pulang.
4. Untuk teman-teman saya: Nasho, Salma, Shifa, Sekar, dan Huda. Terima kasih sudah menjadi teman sekaligus sahabat selama perjalanan hidup saya. Terima kasih karena tetap berusaha hadir meskipun kita semua memiliki kesibukan dan kehidupan masing-masing. Bersama kalian, saya belajar bahwa pertemanan bukan tentang seberapa sering bertemu, tetapi tentang siapa yang tetap ada saat keadaan sedang tidak baik-baik saja. Terima kasih atas semua tawa, cerita, dukungan, dan perjalanan panjang yang sudah kita lewati bersama. Kita pernah melewati banyak hal, mulai dari kebahagiaan kecil sampai badai yang rasanya begitu melelahkan, tetapi pada akhirnya kita berhasil sampai di titik ini bersama-sama. Semua kenangan itu akan selalu menjadi bagian yang sangat

berharga dalam hidup saya. Terima kasih karena pernah menjadi tempat pulang di masa-masa yang tidak mudah.

5. Untuk Arum, Malinda, Cindi, dan Novia. Terima kasih karena telah hadir dan bertahan menjadi sahabat hingga hari ini. Terima kasih telah menemani perjalanan saya dalam begitu banyak cerita, baik di saat penuh tawa maupun ketika keadaan terasa berat dan melelahkan. Kehadiran kalian membuat hidup saya yang sempat terasa sepi menjadi lebih hangat, lebih hidup, dan penuh warna. Terima kasih karena selalu berusaha saling mendukung, menguatkan, mendengarkan, dan merayakan hal-hal kecil yang mungkin terlihat sederhana, tetapi memiliki arti yang begitu besar bagi saya. Terima kasih untuk setiap waktu, perhatian, candaan, serta kebersamaan yang tanpa disadari menjadi salah satu alasan saya mampu bertahan dan terus melangkah sampai titik ini. Saya bersyukur dipertemukan dengan orang-orang seperti kalian, yang menerima saya apa adanya tanpa menuntut saya menjadi seseorang yang sempurna. Kalian mengajarkan bahwa persahabatan bukan hanya tentang hadir di saat bahagia, tetapi juga tentang tetap tinggal ketika keadaan tidak mudah. Semoga pertemanan ini tidak berhenti sampai di sini. Semoga kita tetap saling menemukan jalan pulang satu sama lain, tetap saling mendukung dalam setiap mimpi yang ingin dicapai, dan tetap bersama meskipun waktu membawa kita ke perjalanan hidup yang berbeda-beda. Terima kasih telah menjadi bagian penting dalam hidup saya.
6. Untuk Silfa. Terima kasih sudah menjadi teman sekaligus sahabat sampai saat ini, dan semoga seterusnya. Terima kasih karena telah mendengarkan begitu banyak cerita hidup saya, bahkan di saat saya sendiri kesulitan memahami diri saya sendiri. Terima kasih karena selalu tahu kapan saya sedang lelah tanpa perlu banyak penjelasan. Kehadiranmu menjadi salah satu hal yang sangat saya syukuri. Saya percaya Tuhan mempertemukan manusia dengan alasan tertentu, dan mungkin salah satu alasan saya dipertemukan denganmu adalah karena kita sama-sama pernah melewati cerita hidup yang tidak mudah. Terima kasih karena tetap bertahan menjadi teman yang tulus, yang tidak hanya hadir saat saya baik-baik saja, tetapi juga saat saya sedang berada di titik terendah.

7. Untuk Nadhifa, Syifa, dan Filillun. Walaupun pertemanan kita belum berlangsung lama, saya sangat bersyukur dipertemukan dengan kalian. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan, dan kebersamaan selama proses penyelesaian skripsi ini. Di tengah rasa lelah dan tekanan yang datang, kehadiran kalian dengan cerita-cerita random, candaan sederhana, dan perhatian kecil berhasil membuat hari-hari saya terasa lebih ringan. Hal-hal kecil seperti itu ternyata sangat berarti bagi saya. Terima kasih karena sudah membuat perjalanan yang melelahkan ini terasa lebih hangat dan tidak terlalu sepi untuk dijalani sendirian.
8. Teruntuk dosen pembimbing saya. Terima kasih atas kesabaran, waktu, dan ilmu yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Saya menyadari bahwa dalam perjalanan ini saya bukan mahasiswa yang sempurna, tetapi Ibu tetap membimbing saya dengan baik hingga akhirnya saya mampu menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih atas setiap motivasi, nasihat, dan kata-kata penyemangat yang diberikan ketika saya merasa lelah dan ingin menyerah. Di tengah banyaknya kesibukan dan tanggung jawab yang dimiliki, Ibu tetap berusaha hadir dan membantu saya menyelesaikan proses ini. Semua bantuan dan ilmu yang diberikan akan selalu saya ingat sebagai bagian penting dalam perjalanan hidup saya.
9. Teruntuk seseorang yang raganya telah kembali kepada Allah SWT. Terima kasih karena pernah hadir sebagai sosok kakak bagi saya, meskipun kita tidak terikat hubungan darah. Kehadiranmu membawa banyak hal baik dalam hidup saya. Aku harap kau bahagia di sana dan akhirnya menemukan kedamaian, dikelilingi cinta dan cahaya. Aku suka membayangkanmu tersenyum, bebas dari semua rasa sakit dan kekhawatiran yang pernah kau pikul. Terkadang, ketika semuanya sunyi, aku merasa kau masih dekat denganku, mengawasiku meskipun aku tak bisa melihatmu. Hidup tak sama lagi tanpa dirimu. Beberapa hari terasa sedikit hampa, dan aku masih merindukanmu lebih dari yang bisa diungkapkan dengan kata-kata. Tapi aku bersyukur atas kenangan yang kita bagi dan kau berikan padaku. Terima kasih sudah mengajarkan banyak hal tentang kehidupan, tentang kepedulian, dan tentang bagaimana menjadi

manusia yang lebih memahami orang lain. Kehilanganmu adalah salah satu hal paling berat yang pernah saya hadapi, karena saya tidak pernah benar-benar siap untuk ditinggalkan. Ada bagian dari diri saya yang ikut hilang saat itu. Namun, dari kehilangan tersebut saya juga belajar banyak hal tentang menerima takdir dan melanjutkan hidup. Kehadiranmu akan selalu menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup saya.

10. Teruntuk orang-orang yang pernah merendahkan, menjatuhkan, bahkan membentuk cerita yang tidak benar tentang saya. Terima kasih, karena tanpa sadar kalian membuat saya belajar menjadi lebih kuat. Semua ucapan, perlakuan, dan penilaian buruk yang pernah diberikan memang sempat melukai saya, bahkan membuat saya mempertanyakan diri sendiri. Namun, seiring waktu saya belajar bahwa saya tidak bisa mengendalikan bagaimana orang lain memandang saya, tetapi saya bisa menentukan bagaimana saya menjalani hidup saya sendiri. Menyelesaikan skripsi ini menjadi salah satu bukti bahwa semua yang kalian lakukan tidak mampu menghancurkan saya. Saya memilih tetap berjalan, tetap bertahan, dan tetap menjadi diri saya sendiri. Pada akhirnya saya sadar, kebencian hanya akan melelahkan pemiliknya sendiri, sedangkan saya masih memiliki banyak hal baik yang ingin saya perjuangkan dalam hidup ini.
11. Terakhir, untuk diri saya sendiri. Karya ini kupersembahkan untuk diriku sendiri, yang telah bertahan sejauh ini meski berkali-kali merasa lelah, kehilangan arah, dan hampir menyerah pada hidup. Terima kasih karena tetap memilih bangkit perlahan, belajar menerima diri sendiri, menerima kehilangan, dan berdamai dengan takdir yang tidak selalu sesuai harapan. Terima kasih karena tidak menyerah meski pernah merasa dunia terlalu berat untuk dijalani. Nyatanya, sejauh ini aku mampu melewati semuanya, walau dengan langkah yang pelan dan hati yang tidak selalu baik-baik saja. Untuk orang-orang yang pernah hadir, pergi, maupun menetap, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan yang membentukku hingga hari ini. Kehilangan mengajarkanku arti keberadaan, dan rasa sakit mengajarkanku cara memahami orang lain dengan lebih tulus. Dan untuk siapa pun yang sedang berjuang diam-diam, semoga

karya ini menjadi pengingat bahwa tidak apa-apa berjalan pelan, tidak apa-apa merasa lelah, asalkan tidak menyerah. Karena sesulit apa pun hidup, selalu ada alasan untuk tetap bertahan dan melanjutkan langkah.

## KATA PENGANTAR

*Bismillahrohmanirrohim, Alhamdulillahı robbil 'alamin*, ungkapan rasa syukur kepada Allah SWT. Sholawat serta salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW yang selalu kita nantikan syafaatnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian dalam rangka menambah pengetahuan bagi peneliti dan pembaca. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada:

1. Prof. Dr. H. Abd. Aziz, M.Pd.I. selaku rektor UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menuntut ilmu di universitas ini.
2. Prof. Dr. Aklımad Rizqon Khamami, Lc., MA. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.
3. Bapak Amrulloh Ali Moebin, S.Pd.I., M.I.Kom., selaku Ketua Jurusan Dakwah.
4. Bapak Germino Wahyu Broto, M.Si. selaku koordinator prodi Psikologi Islam
5. Ibu Nuzulunni'mah M.Psi. selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan pengarahan dalam menyusun proposal skripsi penelitian ini kepada peneliti.

Dalam penyusunan proposal penelitian ini, peneliti menyadari bahwa adanya keterbatasan pengetahuan, rujukan, serta sumber bacaan yang membuat proposal penelitian ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca sangat diperlukan untuk membangun proposal penelitian ini agar lebih baik dan melengkapi kekurangannya. Serta dapat membantu memberikan manfaat kepada pembaca, serta dapat dijadikan pertimbangan dalam pengembangan psikologi kedepannya.

Tulungagung, 06 Juli 2026
Peneliti.

Azzahra Rafsanjani
NIM. 1860308222117