

# BAB IV

## PENUTUP

### 4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis terhadap novel *A Untuk Amanda* karya Annisa Ihsani dapat disimpulkan bahwa tokoh Amanda mengalami *impostor syndrome* berupa siklus impostor, kebutuhan untuk menjadi spesial atau yang terbaik, superwomen, ketakutan akan kegagalan, dan penolakan terhadap kompetensi dan pengabaian pujian.

*Impostor syndrome* yang dialami oleh tokoh Amanda disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal berupa pengaruh guru yang mendorong Amanda untuk berpartisipasi dalam kompetisi tanpa inisiatif pribadi dan harapan orang tua, terutama ibunya, yang menaruh kepercayaan penuh pada prestasi akademik Amanda. Ini menciptakan tekanan untuk selalu berhasil dan takut mengecewakan. Sementara itu, faktor internal termasuk perfeksionisme dan standar diri yang tinggi, di mana Amanda terus berjuang untuk kesempurnaan dan tidak pernah puas dengan pekerjaannya sendiri.

Dampak *impostor syndrome* yang dialami oleh Amanda terdiri dari dua aspek, yaitu gangguan fisik dan gangguan psikologis. Gangguan fisik berupa mual, muntah, dan kelelahan. Gangguan psikologis berupa sulit berkonsentrasi, bersosialisasi, sulit membuat keputusan, dan depresi.

### 4.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *impostor syndrome* pada tokoh Amanda dalam novel *A Untuk Amanda* karya Annisa Ihsani, terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan. Bagi pembaca umum, penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman mengenai *impostor syndrome*, khususnya pada remaja yang mengalami

tekanan akibat ekspektasi sosial dan akademik. Dengan demikian, pembaca dapat lebih peduli terhadap kondisi psikologis individu di sekitarnya serta tidak hanya menilai keberhasilan dari suatu pencapaian semata, melainkan juga melihat proses dan kesehatan mental yang menyertai individu yang berprestasi tersebut. Selanjutnya, bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam melakukan kajian serupa dengan pendekatan atau teori yang berbeda. Peneliti juga dapat menggunakan objek material lain yang memuat fenomena psikologis serupa guna memperkaya kajian psikologi sastra. Terakhir, bagi dunia pendidikan dan orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan penting bahwa dukungan terhadap anak atau siswa tidak hanya berfokus pada hasil akademik, tetapi juga pada pemahaman dan perhatian terhadap kondisi mental siswa atau anak, agar tercipta lingkungan belajar yang sehat dan suportif.

