

Tinjauan Pustaka:

Faktor Risiko Sindrom Impostor di Lingkungan Pendidikan Kedokteran

Hilda Puspa Indah¹, Firentia Emanuela Sanjaya^{2*}, Ardo Sanjaya³, Julia Windi Gunadi⁴

ABSTRACT

Impostor syndrome is a psychological disorder in which a person thinks that their success is merely a lie and considers their success to be based on luck. The incidence of impostor syndrome in the world is quite high, especially among medical students, and is often associated with mental health, family factors, habits, and educational stage. The purpose of this article is to discuss the risk factors for impostor syndrome in medical students through a literature review. The search was conducted using the keywords “impostor syndrome,” “mental health,” and “medical students” along with the inclusion criteria of articles from the last 10 years in both Indonesian and English with full text access. There were 10 articles that contained various risk factors for impostor syndrome in medical students. This literature study concluded that risk factors associated with impostor syndrome in medical students consist of mental and psychological disorders such as stress, depression, anxiety, burnout, and perfectionism. In addition, family factors, gender, procrastination, competitive education system and the transition from preclinical to clinical students increase the risk of impostor syndrome in medical students.

Keywords: impostor syndrome, medical students, risk factors

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan faktor yang penting dalam menjaga kualitas hidup manusia.¹ Namun, masalah kesehatan mental di dunia saat ini semakin meningkat. Ini disebabkan karena perkembangan jaman dalam segala bidang, seperti perkembangan teknologi, perkembangan sosial dan ekonomi, serta perkembangan pola pikir manusia yang menyebabkan tingginya daya saing antar sesama manusia dalam pekerjaan.² Gangguan kesehatan mental adalah suatu penyakit mental yang mempengaruhi cara berpikir, berperilaku, dan suasana hati.³ Gangguan kesehatan mental sangat berhubungan dengan peningkatan kejadian bunuh

diri.⁴ Maka dari itu, gangguan kesehatan mental harus dicegah sedini mungkin.

Menurut *World Health Organisation* (WHO), kejadian gangguan mental di dunia dari tahun ke tahun semakin meningkat. 1 dari 8 orang di dunia mengalami gangguan mental seperti anxiety, depresi dan stress. Pada tahun 2020, insidensi gangguan kesehatan mental semakin meningkat dari 26% menjadi 28%. Ini membuktikan gangguan kesehatan mental sebaiknya menjadi perhatian dunia, terutama pelayanan di bidang kesehatan.^{5,6}

Gangguan kesehatan mental terjadi akibat adanya gangguan biologis dan gangguan psikologis.⁷ Gangguan biologis disebut juga dengan gangguan mental organik, yang disebabkan oleh penyakit yang menyerang sistem saraf, infeksi, cedera otak, kekurangan nutrisi, penyalahgunaan obat, dan segala sesuatu yang berhubungan dengan gangguan pada sistem tubuh manusia.⁸ Gangguan psikologis disebabkan oleh adanya riwayat peristiwa traumatik, perasaan rendah diri, takut yang berlebihan akan suatu hal, merasa dirinya tidak cukup, tidak percaya diri dan sebagainya.⁸ Hal-hal tersebut tentu saja dapat terjadi pada kalangan mahasiswa dan pekerja.

* Corresponding author: Email: Sanjaya2110258@maranatha.ac.id

¹ Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

² Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

³ Departemen Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

⁴ Departemen Fisiologi Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Mahasiswa dan pekerja memiliki keinginan dan target untuk mencapai kesuksesan, baik kesuksesan dalam prestasi dan pekerjaan. Mereka harus bekerja keras dan berjuang agar mencapai target tersebut. Prestasi dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kematangan karier.⁹ Bagi mahasiswa, meraih prestasi yang baik merupakan tanggung jawab utama yang mempengaruhi masa depan mereka. Hal ini tentunya memberikan kebahagiaan tersendiri bagi mereka.¹⁰ Namun, tidak semuanya merasa hal tersebut menyenangkan. Banyak mahasiswa dan pekerja menganggap bahwa meraih prestasi yang baik memberikan tekanan bagi diri sendiri. Mereka cenderung mempertanyakan bagaimana hal tersebut dicapai. Pemikiran tersebut dikenal sebagai sindrom impostor.¹¹

Sindrom impostor merupakan salah satu gangguan psikologis yang cukup terkenal saat ini, walaupun kebanyakan orang yang menderita sindrom ini tidak menunjukkannya secara langsung.¹² Kejadian sindrom impostor di dunia cukup tinggi. Terdapat sekitar 56% hingga 82% kejadian sindrom impostor di kalangan mahasiswa pascasarjana, mahasiswa kedokteran, perawat, mahasiswa kuliah, dan profesi lainnya.¹³ Hal ini menandakan sindrom impostor sering terjadi pada mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran.¹⁴ Sindrom impostor berhubungan dengan gangguan kesehatan mental dan gangguan psikologis.¹³ Selain itu, sindrom impostor sering dikaitkan dengan jenis kelamin, faktor keluarga, sistem pendidikan dan kebiasaan.¹⁴⁻¹⁶ Hal-hal tersebut dapat dikategorikan sebagai faktor risiko terjadinya sindrom impostor. Berdasarkan uraian diatas, *literature review* ini penting dilakukan karena dapat menambah pengetahuan akan faktor risiko terjadinya sindrom impostor terutama di kalangan mahasiswa kedokteran sehingga dapat

menurunkan angka kejadian sindrom impostor. Maka dari itu, tujuan dari *literature review* ini adalah untuk mengetahui faktor risiko terjadinya sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran.

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *literature review* yang diperoleh dengan pencarian literatur menggunakan website Pubmed dan mesin pencari *Goggle Scholar* dengan kata kunci “*impostor syndrome*”, “*mental health*”, dan “*medical students*” dengan kriteria inklusi berupa artikel 10 tahun terakhir baik dalam Bahasa Inggris maupun Bahasa Indonesia dan akses teks lengkap serta menggunakan mahasiswa kedokteran sebagai subjek.

Prosedur pada *literature review* ini dilakukan berdasarkan pencarian artikel dengan kata kunci dan kriteria inklusi seperti yang dicantumkan diatas. Skrining dilakukan terhadap setiap artikel dengan melihat judul, abstrak, isi, hasil penelitian dan disesuaikan dengan tujuan *literature review* ini. Kemudian dilakukan ekstraksi data dalam bentuk tabel yang berisi nama penulis, tahun terbit, judul, jumlah subjek penelitian artikel dan temuan yang relevan dengan tujuan *literature review* ini, setelah itu dilakukan analisis dan pembahasan dari beberapa artikel tersebut.

HASIL

Berdasarkan hasil pencarian literatur, terdapat 10 artikel yang menyebutkan beberapa faktor risiko dari sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran. Kesepuluh artikel tersebut disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Hasil Temuan Penelitian Mengenai Sindrom Impostor Pada Mahasiswa Kedokteran

Penulis	Tahun	Responden	Temuan
Villwock et al. ¹³	2016	138 mahasiswa kedokteran	Penelitian ini mendeskripsikan level <i>burnout</i> dan sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran, serta mengetahui perbedaan demografik dari mahasiswa kedokteran yang mengalami sindrom impostor dan <i>burnout</i> . Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa perempuan lebih sering mengalami sindrom impostor dibandingkan laki-laki, dan sindrom impostor berhubungan dengan <i>burnout</i> .
Levant et al. ¹⁴	2020	215 mahasiswa kedokteran	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui insidensi kejadian sindrom impostor dan derajat beratnya sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran tahun akhir. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa sindrom impostor lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki dan sindrom impostor berhubungan dengan peralihan mahasiswa preklinik menuju klinik.
Franchi dan Russell-Sewell ¹⁶	2022	191 mahasiswa kedokteran di Universitas Sheffield, Inggris	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya keterkaitan antara sindrom impostor dengan sistem pendidikan yang kompetitif, ansietas, sifat perfeksionis, takut gagal dan kritikan. Pada penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sindrom impostor dan sistem pendidikan yang kompetitif, ansietas, dan sifat perfeksionis.
Shinawatra et al. ¹⁷	2023	228 lulusan mahasiswa kedokteran	Penelitian ini dibuat untuk mengetahui prevalensi sindrom impostor dan hubungannya dengan status kesehatan mental. Prevalensi sindrom impostor sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki dan terjadi pada mahasiswa klinik. Pada penelitian ini juga menyimpulkan terdapat hubungan antara sindrom impostor dengan stress, depresi dan ansietas serta keluarga juga berperan dalam terjadinya sindrom impostor.
El-Setouhy et al. ¹⁸	2024	523 mahasiswa kedokteran	Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi prevalensi kejadian sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran di India dan faktor-faktor yang berhubungan. Penelitian ini menemukan bahwa sindrom impostor sangat umum terjadi pada mahasiswa kedokteran dan dapat dikaitkan dengan faktor psikologis mahasiswa berupa depresi, ansietas, dan stres. Sindrom impostor mengakibatkan kurangnya <i>self-esteem</i> dan penurunan performa akademik.
Alzufari et al. ¹⁹	2024	399 mahasiswa kedokteran	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi dan tingkat keparahan sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran di Universitas Sharjah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa sindrom impostor dipengaruhi oleh keluarga, jenis kelamin, usia, sikap membandingkan dengan teman sejawat dan faktor akademik seperti program studi yang dipilih, dan tahapan studi mahasiswa kedokteran dari preklinik menuju klinik.
Al Lawati et al. ²⁰	2023	276 mahasiswa kedokteran	Penelitian ini bertujuan untuk menilai tingkat keparahan sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran Universitas Sultan Qaboos. Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa kedokteran yang mengalami masa transisi dari fase preklinik ke fase klinik memiliki risiko lebih tinggi untuk menderita sindrom impostor.
Ogunyemi et al. ²¹	2022	198 mahasiswa kedokteran	Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang sindrom impostor, beserta faktor risikonya. Penelitian ini menemukan adanya hubungan antara sindrom impostor dengan ekspektasi orang tua, jenis kelamin, kompetisi akademik, dan kesehatan mental. Selain itu, sindrom impostor dapat berdampak negatif pada pencapaian profesional.
Vidanapathirana et al. ²²	2024	199 mahasiswa kedokteran spesialis dan spesialis bedah	Penelitian ini bertujuan untuk menilai kejadian sindrom impostor pada dokter spesialis dan spesialis bedah, serta hubungannya dengan faktor sosiodemografis, akademik dan lingkungan seperti dukungan sosial. Penelitian ini menemukan adanya hubungan antara sindrom impostor dengan sikap kepercayaan diri, dukungan sosial, faktor sosiodemografis dan akademik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan beberapa artikel diatas, dapat dikatakan bahwa sindrom impostor berhubungan dengan kejadian stress, *burnout*, depresi, ansietas, dan sifat perfeksionis.^{13,23} Sindrom impostor sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki, berhubungan dengan faktor keluarga dan kebiasaan menunda.^{15,24} Selain itu, sindrom impostor biasanya terjadi pada mahasiswa kedokteran yang beralih dari mahasiswa preklinik menuju mahasiswa klinik atau koas dan berhubungan dengan sistem pendidikan yang kompetitif.^{14,16}

Sindrom impostor adalah suatu gangguan psikologis dimana seseorang merasa kesuksesannya hanya berdasarkan keberuntungan.²⁵ Seseorang yang menderita sindrom ini berpikir bahwa kesuksesannya merupakan suatu kebohongan, walaupun orang tersebut sudah berjuang mendapatkan kesuksesan tersebut. Sindrom impostor bukan merupakan suatu penyakit mental, namun sindrom ini merupakan gangguan psikologis yang mempengaruhi cara berpikir seseorang menjadi meragukan kesuksesan yang dicapainya.²⁶ Sindrom impostor sering dialami oleh seseorang yang memiliki tantangan yang besar dan cukup berat dalam mencapai kesuksesan.⁹ Hal ini membuat munculnya ketakutan untuk melakukan suatu pekerjaan yang berat, dan membuat hilangnya motivasi.²³ Sindrom impostor dapat terjadi pada berbagai populasi, namun umumnya terjadi pada orang yang bekerja di dunia kesehatan, seperti residensi di rumah sakit, dokter gigi, residen bedah, apoteker, mahasiswa keperawatan dan mahasiswa kedokteran.²⁷ Ini disebabkan karena tekanan yang tinggi dan persaingan yang ketat di dunia kesehatan, terutama mahasiswa kedokteran.¹⁷ Gejala yang sering timbul pada sindrom impostor adalah takut gagal, *overworking*, tidak percaya diri, meremehkan prestasi diri sendiri, dan mengabaikan pujian.²⁸

Mahasiswa kedokteran sering kali mendapatkan berbagai macam tekanan untuk sukses agar membuat keluarga dan dirinya bangga atas pencapaiannya. Mereka berusaha untuk mewujudkan harapan tinggi tersebut.²⁹ Selain itu, mahasiswa kedokteran juga memiliki ambisi yang kuat untuk mencapai kesuksesan demi dirinya sendiri. Untuk itu, mereka harus berjuang diantara tingginya tingkat persaingan antar mahasiswa kedokteran, harus memiliki keinginan yang besar untuk selalu konsisten dan

memiliki motivasi yang kuat. Tekanan sosial membuat mahasiswa kedokteran merasa jenuh, menimbulkan rasa tidak percaya diri dan ragu atas pencapaiannya.³⁰ Selain itu, mereka menganggap bahwa pencapaiannya hanya kebohongan belaka dan tidak bisa menerima kesuksesan mereka. Perasaan-perasaan tersebut yang mengakibatkan munculnya sindrom impostor.²⁷ Penderita sindrom impostor sulit untuk menginternalisasikan kesuksesannya dan menganggap bahwa kesuksesannya berasal dari faktor eksternal.²⁵ Mereka akan mudah merasa tidak puas dengan pekerjaannya, walaupun diselesaikan dengan baik.

Mahasiswa kedokteran terbiasa dengan lingkungan yang ambisi dan persaingannya kuat. Tentu saja hal ini menimbulkan tekanan sosial yang sangat berat. Kebanyakan mahasiswa kedokteran yang telah mencapai kesuksesannya merasa tidak cukup puas.³¹ Mereka cenderung berpikir bahwa mereka perlu bekerja dua kali lipat lebih keras agar mencapai setengah kesuksesan. Upaya yang sudah mereka lakukan tidak akan pernah cukup untuk mencapai kesuksesan. Hal ini disebut dengan sifat perfeksionis.³² Sifat perfeksionis yang dibiarkan terus-menerus pada akhirnya akan membuat seseorang meragukan prestasi atau kesuksesan yang dicapainya.¹¹ Selain itu, penelitian menurut Franchi dan Russell-Sewell menyimpulkan bahwa sindrom impostor berhubungan erat dengan sistem pendidikan yang kompetitif, terutama pada lingkungan mahasiswa kedokteran. Sistem pendidikan yang sering digunakan pada lingkungan kedokteran adalah sistem ranking yang dapat memperburuk tingkat stres dan hasilnya akan melupakan tujuan utama dari pendidikan kedokteran yang berbasis kompetensi klinis. Penelitian ini menyarankan adanya perubahan pedagogis, yaitu dengan mengurangi kompetisi berbasis ranking dengan mengembangkan umpan balik berupa diskusi dibanding hanya sekedar angka.¹⁶ Menurut Villwock *et al*, sindrom impostor juga berkaitan dengan *burnout*. Pada penelitian tersebut menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran yang mengalami sindrom impostor juga mengalami beberapa komponen dari *burnout*.¹³ Hal tersebut dibuktikan dengan tingginya persentase setiap komponen *burnout* pada mahasiswa kedokteran yang mengalami sindrom impostor. Komponen tersebut yaitu *exhaustion*, *cynism*, *emotional exhaustion and depersonalization*.¹³

Maka dari itu, sifat perfeksionis, sistem pendidikan yang kompetitif dan *burnout* merupakan salah satu faktor risiko dari sindrom impostor.

Penelitian menurut Levant *et al* menggunakan formulir *The Clance Impostor Phenomenon Scale* dan menyatakan bahwa sindrom impostor lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki. Hal tersebut dikaitkan dengan proses pendidikan dan pengalaman hidup lainnya. Selain itu, perempuan cenderung lebih suka untuk membanding-banding diri sendiri dengan orang lain.^{18,33} Sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran juga lebih sering terjadi pada saat peralihan dari mahasiswa preklinik menuju mahasiswa klinik atau koas.¹⁹ Hal ini disebabkan karena mahasiswa klinik akan bekerja di lapangan langsung atau lebih melibatkan praktek daripada teori, sehingga memiliki beban akademik yang lebih tinggi dan muncul rasa tidak percaya diri. Selain itu, mahasiswa juga perlu beradaptasi pada lingkungan baru agar terbiasa di lingkungan rumah sakit.^{14,19} Maka dari itu, jenis kelamin perempuan dan peralihan dari mahasiswa preklinik menuju mahasiswa klinik merupakan salah satu faktor risiko terjadinya sindrom impostor.

Mahasiswa kedokteran biasanya sering mengalami gejala gangguan kesehatan mental seperti stress, depresi, dan ansietas. Menurut Pervez *et al*, mahasiswa kedokteran yang mengalami gangguan kesehatan mental memiliki risiko untuk menderita sindrom impostor. Hal ini disebabkan karena seseorang yang mengalami ansietas akan merasa cemas ketika orang lain mengomentari tentang kesuksesannya, sehingga ini akan membuat seseorang mempertanyakan kembali apakah kesuksesannya hanya kebohongan belaka atau berdasarkan usahanya. Hal tersebut juga akan mendorong seseorang meragukan kesuksesannya.²⁴ Selain itu, seseorang yang mengalami stress dan depresi biasanya sulit merasa bahagia dan tidak tertarik pada suatu hal, sehingga mereka cenderung menutupi kelemahannya agar tidak “dicap” sebagai penipu dalam keberhasilannya.^{18,24,34} Hal-hal tersebut secara tidak langsung menyebabkan timbulnya sindrom impostor. Maka dari itu, stress, depresi dan ansietas merupakan salah satu faktor risiko terjadinya sindrom impostor.

Penelitian menurut Shinawatra *et al* juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara

stress, depresi, ansietas dan sindrom impostor yang dibuktikan dengan tingginya skor stress, depresi dan ansietas diiringi dengan tingginya skor sindrom impostor dengan menggunakan formulir *The Clance Impostor Phenomenon Scale*.¹⁷ Sindrom impostor cenderung terjadi pada mahasiswa kedokteran karena tingginya risiko menderita gangguan kesehatan mental.¹⁷ Selain itu, menurut penelitian ini perempuan lebih sering menderita sindrom impostor karena pengaruh budaya dimana Indonesia masih menjunjung tinggi diskriminasi.¹⁷ Penelitian menurut Wrench *et al* menyatakan mahasiswa kedokteran perlu meningkatkan kesadaran akan terjadinya sindrom impostor seiring dengan tingginya kejadian sindrom impostor di kalangan mahasiswa kedokteran. Tingginya kejadian sindrom impostor akan mengakibatkan gangguan psikologis seperti stres, ansietas, depresi dan *burnout*. Untuk menghindari hal tersebut dapat dilakukan intervensi dini seperti refleksi, diskusi bersama, dan mengikuti *workshop* interaktif bersama teman dan mentor.³⁵

Sindrom impostor pada mahasiswa kedokteran dapat disebabkan oleh keluarga. Menurut Shinawatra *et al* dan Seritan *et al*, mahasiswa kedokteran yang tumbuh di dalam keluarga yang menekankan pencapaian umumnya orang tuanya akan memberikan pujian yang berlebihan dan kritik untuk anaknya, terlebih pada anak pertama dalam keluarga.¹⁷ Orang tua yang suka membanding-bandingkan kemampuan setiap anaknya juga dapat menimbulkan rasa tidak percaya diri pada anak tersebut.¹⁵ Hal ini dapat menyebabkan sang anak mulai meragukan prestasinya dan mempertanyakan pencapaiannya. Kebiasaan menunda sesuatu juga menjadi salah satu penyebab terjadinya sindrom impostor. Hal ini disebabkan karena menunda pekerjaan berdampak pada perasaan “menyesal” karena tidak menyerahkan kemampuan sepenuhnya untuk menyelesaikan tugas dan pada akhirnya akan diikuti sikap perfeksionis.¹⁵ Ini menyebabkan timbulnya ketidakpercayaan diri untuk mencapai sesuatu. Maka dari itu, keluarga dan kebiasaan menunda termasuk salah satu faktor risiko terjadinya sindrom impostor.

Menurut Vidanapathirana *et al*, sindrom impostor sangat umum terjadi pada mahasiswa kedokteran, terutama pada mahasiswa kedokteran spesialis. Sindrom impostor berhubungan dengan faktor sosiodemografis, misalnya seperti kurangnya pertemanan di luar dunia medis, sehingga hal ini

mengakibatkan dukungan sosial dari orang lain semakin sempit dan membuat lebih rentan menderita sindrom impostor. Selain itu, status ekonomi dapat menimbulkan tekanan untuk selalu tampil kompeten dan layak akan status yang diperoleh, sehingga individu tersebut akan selalu merasa kurang akan kemampuannya. Faktor akademik juga dapat memicu terjadinya sindrom impostor, misalnya adanya rasa tidak puas dengan pemilihan spesialisasi, sistem pendidikan yang memusatkan penilaian akademik mahasiswa berdasarkan ranking, dan sikap membandingkan kemampuan dengan orang lain.²² Hal ini mengakibatkan muncul perasaan segalanya tidak cukup dan berdampak terjadinya gangguan psikologis seperti *burnout*. Maka dari itu, diperlukan intervensi seperti program konseling, mentorship, dan perubahan budaya pelatihan untuk mengurangi kejadian sindrom impostor.^{19,21,22}

SIMPULAN

Sindrom impostor merupakan gangguan psikologis dimana seseorang berpikir bahwa prestasi atau kesuksesannya hanya berdasarkan keberuntungan, pencapaiannya hanya suatu kebohongan belaka dan meragukan prestasi atau kesuksesannya. Kejadian sindrom impostor di dunia cukup tinggi, umumnya terjadi pada mahasiswa kedokteran. *Literature review* ini menemukan beberapa faktor risiko terjadinya sindrom impostor, yaitu gangguan kesehatan mental seperti stres, depresi dan ansietas serta gangguan psikologis seperti *burnout* dan sifat perfeksionis. Selain itu, faktor keluarga, jenis kelamin, kebiasaan menunda, sistem pendidikan yang kompetitif dan peralihan mahasiswa preklinik menuju mahasiswa klinik juga meningkatkan risiko terjadinya sindrom impostor.

DAFTAR PUSTAKA

1. Payne ME, Porter Starr KN, Orenduff M, Mulder HS, McDonald SR, Spira AP, et al. Quality of life and mental health in older adults with obesity and frailty: Associations with a weight loss intervention. *J Nutr Health Aging*. 2018;22(10):1259–65.
2. Nesi J. The impact of social media on youth mental health: Challenges and opportunities. *N C Med J*. 2020;81(2):116–21.
3. Stein DJ, Palk AC, Kendler KS. What is a mental disorder? An exemplar-focused approach. *Psychol Med*. 2021 Apr;51(6):894–901.
4. Lovero KL, Dos Santos PF, Come AX, Wainberg ML, Oquendo MA. Suicide in global mental health. *Curr Psychiatry Rep*. 2023 Jun;25(6):255–62.
5. Nochaiwong S, Ruengorn C, Thavorn K, Hutton B, Awiphan R, Phosuya C, et al. Global prevalence of mental health issues among the general population during the coronavirus disease-2019 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Sci Rep [Internet]*. 2021;11(1):10173. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41598-021-89700-8>
5. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *Lancet*. 2021 Nov;398(10312):1700–12.
6. Kessler RC, Aguilar-Gaxiola S, Alonso J, Chatterji S, Lee S, Ormel J, et al. The global burden of mental disorders: an update from the WHO World Mental Health (WMH) surveys. *Epidemiol Psichiatr Soc*. 2009;18(1):23–33.
7. Kendler KS. The nature of psychiatric disorders. *World Psychiatry*. 2016 Feb;15(1):5–12.
9. Semeijn JH, van der Heijden BIJM, De Beuckelaer A. Personality traits and types in relation to career success: An empirical comparison using the big five. *Applied Psychology [Internet]*. 2020 Apr 1;69(2):538–56. Available from: <https://doi.org/10.1111/apps.12174>
10. Wu H, Li S, Zheng J, Guo J. Medical students' motivation and academic performance: the mediating roles of self-efficacy and learning engagement. *Med Educ Online*. 2020 Jan 1;25(1).
11. Thomas M, Bigatti S. Perfectionism, impostor phenomenon, and mental health in medicine: a literature review. *Int J Med Educ*. 2020 Sep;11:201–13.
12. Bravata DM, Watts SA, Keefer AL, Madhusudhan DK, Taylor KT, Clark DM, et al. Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a Systematic Review. *J Gen Intern Med*. 2020 Apr;35(4):1252–75.

13. Villwock JA, Sobin LB, Koester LA, Harris TM. Impostor syndrome and burnout among American medical students: a pilot study. *Int J Med Educ*. 2016 Oct;7:364–9.
14. Levant B, Villwock JA, Manzardo AM. Impostorism in American medical students during early clinical training: gender differences and intercorrelating factors. *Int J Med Educ*. 2020 Apr;11:90–6.
15. Seritan AL, Mehta MM. Thorny Laurels: the impostor phenomenon in academic psychiatry. *Acad Psychiatry*. 2016 Jun;40(3):418–21.
16. Franchi T, Russell-Sewell N. Medical students and the impostor phenomenon: a coexistence precipitated and perpetuated by the educational environment? *Med Sci Educ*. 2023 Feb;33(1):27–38.
17. Shinawatra P, Kasirawat C, Khunanon P, Boonchan S, Sangla S, Maneeton B, et al. Exploring factors affecting impostor syndrome among undergraduate clinical medical students at Chiang Mai University, Thailand: A Cross-Sectional study. *Behavioral Sciences* [Internet]. 2023;13(12). Available from: <https://www.mdpi.com/2076-328X/13/12/976>
18. El-Setouhy M, Makeen AM, Alqassim AY, Jahlan RA, Hakami MI, Hakami HT, et al. Prevalence and correlates of imposter syndrome and self-esteem among medical students at Jazan University, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *PLoS One*. 2024;19(5):e0303445.
19. Alzufari Z, Makkiyah R, Alowais A, Almazrouei A, Abu Ali AKA, Alnaqbi A, et al. Prevalence of imposter syndrome and its risk factors among University of Sharjah Medical Students. *Cureus*. 2024 Mar;16(3):e57039.
20. Al Lawati A, Al Wahaibi A, Al Kharusi F, Fai Chan M, Al Sinawi H. Investigating impostorism among undergraduate medical students at Sultan Qaboos University: A Questionnaire-Based Study. *Cureus*. 2023 Sep;15(9):e45752.
21. Ogunyemi D, Lee T, Ma M, Osuma A, Eghbali M, Bouri N. Improving wellness: defeating impostor syndrome in medical education using an interactive reflective workshop. *PLoS One*. 2022;17(8):e0272496.
22. Vidanapathirana M, Gomez D, Atukorala I. Impostor phenomenon and self-reported satisfaction among medical and surgical postgraduate trainees in Sri Lanka. *BMC Med Educ*. 2024 Nov;24(1):1352.
23. Paladugu S, Wasser T, Donato A. Impostor syndrome in hospitalists- a cross-sectional study. *J Community Hosp Intern Med Perspect*. 2021 Mar;11(2):212–5.
24. Pervez Adam, Brady Lisa L, Mullane Ken, Lo Kevin D, Bennett Andrew A, Nelson Terry A. An empirical investigation of mental illness, impostor syndrome, and social support in management doctoral programs. *Journal of Management Education* [Internet]. 2020 Oct 3;45(1):126–58. Available from: <https://doi.org/10.1177/1052562920953195>
25. Gómez-Morales A. Impostor phenomenon: A concept analysis. *Nurs Sci Q*. 2021 Jul;34(3):309–15.
26. Campos I, Ferreira G, Carneiro A, Kubrusly M, Peixoto R, Júnior A. Impostor Syndrome and its association with depression and burnout among medical students. *Rev Bras Educ Med*. 2022 May 1;46.
27. Rice J, Rosario-Williams B, Williams F, West-Livingston L, Savage D, Wilensky JA, et al. Impostor syndrome among minority medical students who are underrepresented in medicine. *J Natl Med Assoc*. 2023 Apr;115(2):191–8.
28. Maqsood H, Shakeel HA, Hussain H, Khan AR, Ali B, Ishaq A, et al. The descriptive study of imposter syndrome in medical students. *Int J Res Med Sci* [Internet]. 2018 Sep 25;6(10 SE-Original Research Articles):3431–4. Available from: <https://www.msjonline.org/index.php/ijrms/article/view/5360>
29. Pacheco JP, Giacomini HT, Tam WW, Ribeiro TB, Arab C, Bezerra IM, et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Braz J Psychiatry*. 2017;39(4):369–78.
30. Elnaggar M, Alanazi T, Alsayer NA, Alrawili M, Alanazi R, Alghamdi R, et al. Prevalence and Predictor of Impostor Phenomenon Among Medical Students at Jouf University, Saudi Arabia. *Cureus*. 2023 Nov;15(11):e48866.

31. Rasool A, Qayum I, Ahmad A, Farooq U, Shah AA, Waqas M, et al. Medical education and social environment. *J Ayub Med Coll Abbottabad*. 2014;26(4):513–7.
32. Kwarcńska K, Sanna K, Kamza (Nowotnik) A, Piotrowski K. Perfectionism in theory and research. *Przegląd Psychologiczny*. 2022 Dec 29;65:97–112.
33. Levant B, Villwock JA, Manzardo AM. Impostorism in third-year medical students: an item analysis using the Clance impostor phenomenon scale. *Perspect Med Educ*. 2020 Apr;9(2):83–91.
34. Moir F, Yelder J, Sanson J, Chen Y. Depression in medical students: current insights. *Adv Med Educ Pract*. 2018;9:323–33.
35. Wrench A, Padilla M, O'Malley C, Levy A. Impostor phenomenon: Prevalence among 1st year medical students and strategies for mitigation. *Heliyon*. 2024 Apr;10(8):e29478.