UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Runtuh dan Terbangunnya Plausibility Structures: Studi Autoetnografi tentang Konstruksi Sosial Kecemasan dan Pemulihan Mahasiswa
Mellisa Juanina Laura, Yulida Pangastuti. S.Sos., M.Soc.Sci., Ph.D.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Abstrak

Penelitian ini mengkaji kecemasan sebagai realitas sosial melalui pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik dan standar diri yang dianggap layak. Penelitian ini bertujuan menganalisis konstruksi dan internalisasi standar diri, keretakan ketika krisis, serta pembangunan kembali jaringan penopang dalam pemulihan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode autoetnografi analitik, dengan pengalaman hidup peneliti sebagai sumber data utama. Data diperoleh melalui narasi reflektif dan artefak pengalaman pendidikan, keluarga, medis, dan agama. Analisis menggunakan teori konstruksi sosial atas realitas Peter L. Berger dan Thomas Luckmann, khususnya konsep objektivasi, internalisasi, dan *plausibility structures*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga, pendidikan, medis, dan agama membentuk standar diri yang layak melalui tuntutan tanggung jawab, prestasi, kemampuan, dan ketabahan. Melalui proses objektivasi, dan internalisasi, standar tersebut menjadi dasar penilaian dan realitas diri yang terasa wajar. Krisis terjadi ketika jaringan dan dukungan yang menopang keyakinan terhadap diri tidak lagi memadai, sehingga *plausibility structures* mengalami keretakan. Pemulihan berlangsung melalui perubahan konfigurasi jaringan penopang, dukungan sosial dan institusional, yang meliputi penyesuaian akademik, pendampingan kesehatan mental, dukungan keluarga dan relasi sekitar, serta, pemaknaan ulang atas pengalaman.

Secara teoritis, penelitian ini berkontribusi pada kajian sosiologi kesehatan mental dengan menunjukkan bahwa kecemasan dan pemulihan berkaitan dengan konstruksi sosial serta jaringan penopang yang membentuk realitas diri. Secara praktis, temuan penelitian menekankan pentingnya dukungan yang tidak berhenti pada pengenalan kondisi, tetapi diwujudkan melalui penyesuaian dan pendampingan sesuai kebutuhan mahasiswa. Pemulihan bukan sekadar upaya memenuhi kembali standar yang ada, melainkan proses membangun pemahaman diri melalui konfigurasi jaringan penopang yang lebih sesuai dengan kondisi individu.

Kata kunci: autoetnografi, kecemasan mahasiswa, konstruksi sosial, pemulihan, *plausibility structures*

UNIVERSITAS
GADJAH MADA
Runtuh dan Terbangunnya Plausibility Structures: Studi Autoetnografi tentang Konstruksi Sosial Kecemasan dan Pemulihan Mahasiswa
Mellisa Juanina Laura, Yulida Pangastuti. S.Sos., M.Soc.Sci., Ph.D.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Abstract

This study examines anxiety as a social reality through a student's experience of academic demands and standards of an acceptable self. It aims to analyze the social construction and internalization of self-standards, the breakdown of *plausibility structures* during crisis, and the reconstruction of support networks in the recovery process.

This study employs a qualitative approach using analytic autoethnography, with the researcher's lived experience as the primary data source. Data were collected through reflective narratives and artifacts related to educational, familial, medical, and religious experiences. The analysis draws on Peter L. Berger and Thomas Luckmann's theory of the social construction of reality, particularly the concepts of objectivation, internalization, and *plausibility structures*.

The findings show that family, education, the medical sphere, and religion shape standards of an acceptable self through expectations of responsibility, achievement, competence, and resilience. Through objectivation and internalization, these standards become the basis for self-evaluation and are perceived as natural. Crisis occurs when the networks and support that sustain one's sense of self are no longer adequate, resulting in the breakdown of *plausibility structures*. Recovery takes place through changes in the configuration of support networks and social and institutional support, including academic accommodations, mental health support, family and social support, and the reinterpretation of personal experiences.

Theoretically, this study contributes to the sociology of mental health by demonstrating that anxiety and recovery are connected to social construction and the support networks that sustain one's sense of self. Practically, the findings highlight the importance of support that goes beyond recognizing an individual's condition and is translated into accommodations and assistance tailored to students' needs. Recovery is therefore not merely an attempt to meet existing standards again, but a process of reconstructing one's understanding of self through a configuration of support networks that better accommodates individual circumstances and needs.

Keywords: analytic autoethnography, student anxiety, social construction, recovery, *plausibility structures*