

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Di era globalisasi ini telah banyak membawa pengaruh luar negeri ke Indonesia, baik dalam kehidupan sosial, hiburan hingga kebudayaan. Salah satu pengaruh budaya luar yang menjadi fenomena saat ini adalah *nongkrong*. Hal ini terbukti dengan banyaknya kedai kopi di berbagai kota di Indonesia. Dengan banyaknya kedai kopi yang ada di berbagai kota di Indonesia, banyak remaja yang menyukai aktivitas *nongkrong* dan menjadikannya sebagai trend masa kini. Dengan mengikuti trend yang ada remaja akan mendapatkan pengakuan sosial atas dirinya sebagai individu yang gaul. Pada dasarnya remaja tidak menyukai kopi namun masih banyak remaja yang ditemui di tempat *nongkrong* pada malam hari (Salendra, 2014:56).

Hasil riset pada tahun 2010 terhadap hampir 800 responden anak muda di 6 kota besar di Indonesia umur 16-35 tahun, menemukan bahwa anak muda dan *nongkrong* adalah dua hal yang sudah melekat. Mereka melakukannya se usai jam pelajaran di sekolah, kampus, bahkan sepulang kerja. Topik bahasan anak muda ini bisa berupa rapat membicarakan kegiatan atau kepanitiaan, mendiskusikan topik yang dianggap serius, atau hanya sekedar bersantai membuang waktu sambil *menggosip* atau malah bermain kartu (Djumena, 2010).

Di era sekarang, *nongkrong* bukan hanya milik pengangguran, preman, ataupun tukang copet. Kini hampir semua kalangan menyukai aktivitas *nongkrong* termasuk para mahasiswa. Walaupun belum punya penghasilan sendiri, para mahasiswa ini dapat mengikuti aktivitas *nongkrong*. Bahkan hampir kebanyakan mahasiswa menjadikan aktivitas *nongkrong* sebagai gaya hidup mereka (Sultan, 2017:91).

Bagi mahasiswa aktivitas *nongkrong* dapat beralih menjadi kampus kedua. Aktivitas *nongkrong* tidak hanya dijadikan tempat makan saja tapi juga tempat bertukar pikiran hingga dijadikan tempat belajar bagi para mahasiswa. Para mahasiswa biasanya melakukan aktivitas *nongkrong* pada malam hari karena pagi hingga sore hari diisi dengan kegiatan perkuliahan. Dari fenomena mahasiswa yang sering keluar malam banyak tempat *nongkrong* seperti *kedai kopi* dan *angkringan* yang buka sampai larut malam dan tidak sedikit pula yang buka 24 jam dan biasanya menyediakan fasilitas seperti wifi untuk menarik mahasiswa untuk *nongkrong* di tempat tersebut (Iskhak dan Affandi, 2015:1).

Perubahan pola tidur yang di sebabkan oleh *nongkrong* di malam hari akan berakibat pada berkurangnya kebutuhan tidur, sehingga sering mengantuk yang berlebihan di siang harinya dan nantinya dapat menimbulkan beberapa efek, seperti berkurangnya konsentrasi belajar dan gangguan kesehatan. Kurangnya kebutuhan tidur dapat berdampak pada menurunnya kemampuan untuk berkonsentrasi, membuat keputusan dan kemampuan beraktivitas sehari-hari. Dewasa muda yang mengalami hambatan dalam proses belajar disebabkan oleh rasa mengantuk dan lelah akibat kurang tidur, sehingga konsentrasi belajar menurun. Hal ini perlu mendapatkan perhatian serius karena gangguan tidur dapat mempengaruhi proses belajar, gangguan memori dan kesehatan emosi (Nilifda, Nadjmir dan Hardisman, 2016:243).

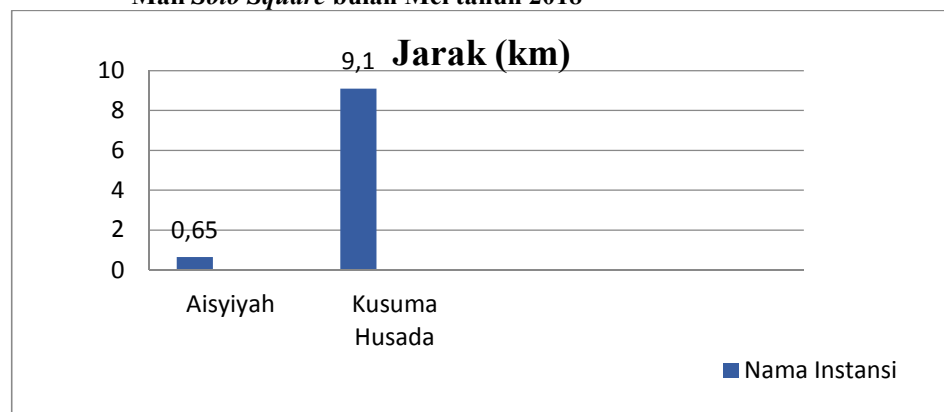
Prevalensi kebutuhan tidur pada usia dewasa muda sangat rendah berdasarkan *Centerfor Disease Control* menganalisis dari data *Behavioral Risk Factor Surveillance System* (BRFSS) pada tahun 2009 di dapatkan 74,571 responden dewasa dari 12 negara menyatakan 35,3% mengalami jam tidur yang kurang dari 7 jam selama periode 24 jam, 37,9% di laporkan tidak sengaja tertidur di siang hari, dan 4,7% melaporkan mengantuk pada siang hari. Hal ini berakibat pada terganggunya aktivitas di siang hari karena rasa kantuk dan lelah. Pada tahun 2011, survei rutin di

lakukan sejak 1991 oleh *National Sleep Foundation* dengan presentase tertinggi yaitu 51% pada usia 19 sampai 29 tahun (Riaraly, 2017:3).

Mahasiswa yang memilih melakukan aktivitas nongkrong di malam hari ini dapat menyebabkan beberapa masalah terutama masalah kesehatan. Maharani (2015) mengemukakan bahwa ada beberapa bahaya apabila sering begadang dan nongkrong di malam hari diantaranya berat badan meningkat dan kelelahan. Roshifani (2017:416) mengatakan bahwa tidur dapat memulihkan energi tubuh, khususnya pada otak dan system saraf. Gangguan keseimbangan fisiologis akibat kurang tidur meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, mudah capek, lemah, daya tahan tubuh menurun dan ketidaksabilan tanda-tanda vital. Inkiriwang (2016) kurang tidur meningkatkan nafsu makan dengan mengganggu control leptingan ghrelin, dua hormone yang mengatur nafsu makan. Kurang tidur mengubah kemampuan tubuh anda untuk mengatur kebutuhan kalori, sehingga anda makan berlebihan dan mengakibatkan obesitas, yang juga dikaitkan dengan peningkatan resiko hipertensi.

Menurut Fauzan (2018:4) menjelaskan bahwa STIKES 'AISYIYAH merupakan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan di Solo yang letaknya sangat strategis bagi mahasiswa yang memiliki kebiasaan *nongkrong* karena berada didekat pusat kota, terutama kampus 2 yang hanya berjarak 650 meter dengan salah satu mall besar di Solo yaitu *Solo Square*.

Tabel 1.1. Jarak Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan yang berada di Kota Solo dengan Mall Solo Square bulan Mei tahun 2018



Sumber :Fauzan (2018)

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Desember 2018 dengan wawancara singkat dengan 10 mahasiswa yang dipilih secara acak di STIKES 'Aisyiyah Surakarta 6 mahasiswa mengatakan sering *nongkrong*, dalam waktu 1 minggu mereka melakukan kegiatan *nongkrong* sebanyak 4-6 kali yang dilakukan pada saat malam hari dan 4 lainnya mengatakan jarang *nongkrong*, dalam waktu 1 minggu mereka melakukan kegiatan *nongkrong* sebanyak 2-3 kali yang biasanya dilakukan di malam hari. Sedangkan kegiatan yang dilakukan pada saat *nongkrong* bermacam-macam mulai dari sekedar makan, mengobrol masalah perkuliahan, mengerjakan tugas kuliah, hingga main *game online* dan bermain gitar yang biasanya dilakukan sambil meminum kopi dan ada 2 mahasiswa yang merokok terutama yang laki-laki. Dampak dari *nongkrong* tersebut 8 dari 10 mahasiswa mengatakan sering mengantuk pada keesokan harinya, mudah lelah dan konsentrasi menurun. Sedangkan 2 mahasiswa yang lain mengatakan hanya sedikit mengantuk di keesokan harinya.

Dari latar belakang diatas menjadi alasan penulis untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan aktivitas *nongkrong* dengan kebutuhan tidur pada mahasiswa keperawatan di STIKES 'Aisyiyah Surakarta?".

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dapat ditarik dalam penelitian ini yaitu "Apakah terdapat hubungan aktivitas *nongkrong* dengan kebutuhan tidur pada mahasiswa keperawatan di STIKES 'Aisyiyah Surakarta?".

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas *nongkrong* dengan kebutuhan tidur pada mahasiswa keperawatan di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

2. Tujuan Khusus
 - a) Mengidentifikasi aktivitas *nongkrong* pada mahasiswa keperawatan di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
 - b) Mengidentifikasi kebutuhan tidur pada mahasiswa keperawatan di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
 - c) Menganalisis hubungan aktivitas *nongkrong* dengan kebutuhan tidur pada mahasiswa keperawatan di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa tentang hubungan aktivitas *nongkrong* dengan kebutuhan tidur sehingga para mahasiswa dapat mengurangi aktivitas *nongkrong*.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti apakah terdapat hubungan antara aktivitas *nongkrong* dengan kebutuhan tidur mahasiswa di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan atau sumber data dalam penelitian berikutnya yang berkaitan dengan aktivitas *nongkrong* dan kebutuhan tidur.

E. KEASLIAN PENELITIAN

1. **Iskhak dan Affandi (2015), judul:** Fenomena mahasiswa “ngopi” di Angkringan 99. **Tujuan:** mengetahui motif yang mendorong mahasiswa aktivis dan non-aktivis *ngopi* di Warung Kopi Angkringan 99. **Metode Penelitian :** Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. **Populasi :** Mahasiswa yang *ngopi* di angkringan 99. **Simpulan hasil:** Mahasiswa aktivis yang *nongkrong* di angkringan 99 menggunakan

tempat *nongkrong* untuk lari dari penatnya rutinitas sebagai seorang aktivis, sedangkan bagi mahasiswa non-aktivis menggunakan angkringan 99 sebagai tempat *nongkrong* untuk mengisi waktu luang.

Perbedaan: perbedaan dengan penelitian saat ini adalah metode penelitian yaitu pada penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan metode kuantitatif. **Persamaan:** persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian saat ini adalah pada populasinya yaitu sama-sama pada mahasiswa.

2. **Sultan (2017), judul:** Studi Paradigma Naratif Walter Fisher Pada Aktivitas *Nongkrong* di Kalangan Remaja Madya. **Tujuan:** mengetahui paradigma naratif antara remaja tengah dalam aktivitas *nongkrong* dan untuk mengetahui pola pikir remaja tengah dalam menyaring cerita. **Metode :** Kualitatif dengan teknik penelitian diskusi kelompok terarah dan wawancara. **Populasi :** Remaja madya di Purwokerto. **Simpulan Hasil:** remaja tengah yang menjadi subjek penelitian memiliki pola pikir yang positif. Dimana dapat dilihat dari jawaban subjek yang membuat isi dari nilai-nilai positif dalam cerita sebagai indikator sebuah cerita yang masuk akal dan alasan dalam memilih cerita yang bagus. **Perbedaan:** perbedaan dengan penelitian saat ini adalah metode penelitian yaitu pada penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif dengan teknik penelitian diskusi kelompok terarah dan wawancara, sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan metode kuantitatif. **Persamaan:** persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian saat ini adalah pada variabelnya yaitu variabel *nongkrong*.
3. **Pramita dan Pinasti (2016), judul:** *Nongkrong* di warung kopi sebagai gaya hidup mahasiswa di mato kopi Yogyakarta. **Tujuan:** Mendeskripsikan tentang bagaimana gaya hidup *nongkrong* di warung kopi pada kalangan mahasiswa Yogyakarta dan faktor-faktor yang melatarbelakanginya. **Metode :** Kualitatif deskriptif, dengan teknik

pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. **Populasi :** Mahasiswa yang *nongkrong* di mato kopi. **Simpulan Hasil:** *Nongkrong* di warung kopi merupakan gaya hidup mahasiswa. Ketika *nongkrong*, mahasiswa memiliki berbagai aktivitas meliputi menikmati suasana, mengerjakan tugas, membaca buku, bercengkrama dengan teman, rapat, bermain kartu dan bermain musik. Kebiasaan *nongkrong* di malam hari membuat mahasiswa terlihat mengantuk di pagi hari. Mahasiswa *nongkrong* di mato kopi hamper setiap hari dengan durasi *nongkrong* 3-15 jam. **Perbedaan:** perbedaan dengan penelitian saat ini adalah metode penelitian yaitu pada penelitian sebelumnya menggunakan metode Kualitatif deskriptif, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. **Persamaan:** persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian saat ini adalah pada variabelnya yaitu variabel *nongkrong*.