

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dari penelitian yang dilakukan *Botucatu School of Medicine* di Brazil, dari 372 mahasiswa fakultas kedokteran di Brazil ini 324 memiliki kualitas tidur yang menurun dan 48 lainnya memiliki kualitas tidur yang baik. Ini diakibatkan karena beban akademik dan tanggung jawab pada berbagai macam aktivitas yang mengganggu irama sirkadian tidur mahasiswa-mahasiswa ini. Tidak hanya karena beban akademik saja yang menyebabkan menurunnya kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran ini tetapi juga disebabkan oleh penggunaan internet berlebihan, menonton televisi, merokok, dan penyalahgunaan alkohol.¹

Di zaman yang semakin maju ini, teknologi memberi berbagai macam keuntungan yang tidak terhitung, apalagi internet yang kini sudah dapat di akses melalui gadget kapan saja dan dimana saja dengan mudah, tetapi tidak sedikit juga kerugian yang disebabkan oleh kemajuan teknologi tersebut, salah satunya adalah pornografi yang merupakan permasalahan yang dari dulu hingga sekarang masih belum mendapat solusi yang pasti. Kemajuan teknologi membuat pornografi pun dapat di akses dimana saja dengan mudah. Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPA) Yohana Yembise yang bekerja sama dengan menyatakan bahwa “Ada \pm 50.000 aktivitas pornografi di Indonesia setiap harinya dan 25.000 diantaranya adalah aktivitas pornografi anak baik diunduh maupun di unggah di internet. berdasarkan data dari Interpol dan Polri.”² Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa 90% anak berumur 12-18 tahun sudah diberi kebebasan untuk mengakses internet, dimana dilaporkan kurang lebih 87% diantaranya berumur 14 tahun ke atas pernah mencoba mencari video porno.³ Bahkan sebuah laporan seorang pramugari menyatakan bahwa angka orang yang membuka pornografi di pesawat cukup tinggi, mereka membuka pornografi melalui hp dan laptop, padahal disekitar mereka banyak anak kecil dan orang lain. Hal ini menjadi sebuah masalah yang dikeluhkan para penumpang lain. Pornografi merupakan salah satu bisnis besar di Amerika, dimana pornografi merupakan salah satu alasan

banyak orang menggunakan internet. Tidak sedikit orang yang terkena masalah akibat pornografi ini, diantaranya putus hubungan, perceraian, dan dikucilkan.⁴

Sebuah penelitian yang dilakukan pada tahun 2012 di 4 negara yaitu negara Swedia, Jerman, Canada, dan Amerika Serikat untuk melihat bagaimana tingkat penggunaan internet untuk hal-hal yang berbau seksual dan menilai tingkat kecanduan pornografi pada kalangan mahasiswa, dimana jumlah respondennya adalah 2690 mahasiswa yang terdiri dari 53,4% perempuan dan 46,6% laki-laki. Didapatkan hasil bahwa 89,8% memiliki riwayat pencarian hal-hal yang berbau seksual, 30,8% secara klinis mengalami kecanduan pornografi dan 82,1% dari yang kecanduan pornografi itu berjenis kelamin laki-laki.⁵

Akibat dari kecanduan pornografi ini banyak sekali, menurut seorang ahli bedah otak dari AS Dr. Donald L. Hilton Jr, MD menyatakan bahwa kecanduan pornografi dapat mengubah struktur otak bahkan lebih merusak daripada narkoba dimana narkoba dapat merusak 3 bagian otak (*prefrontal cortex, amygdala, hippocampus*), sedangkan kecanduan pornografi dapat merusak 5 bagian otak (*prefrontal cortex, amygdala, hippocampus, ventral striatum, anterior cingulate cortex*). Selain itu kecanduan pornografi dapat mengganggu keseimbangan hormone seperti dopamine, serotonin, dan oksitosin. Dan dampak yang paling terlihat adalah keinginan untuk mencobanya. Hal-hal ini juga dapat berdampak juga pada prestasi belajar anak. Menurut Dr. Mark B. Kastlemaan, pakar adiksi (kecanduan) pornografi dari USA, dan ahli bedah syaraf dari Rumah Sakit San Antonio, Amerika Serikat, Donald L. Hilton Jr, MD, banyak orang yang mengabaikan dampak dari pornografi ini, karena pecandu pornografi lebih sulit dideteksi daripada pecandu narkoba, padahal dampak yang terjadi jauh lebih merugikan.⁶

Seperti yang sudah dijelaskan di atas pornografi menyebabkan kerusakan pada 5 bagian otak, terutama pada bagian Pre-Frontal Corteks, dimana kerusakan pada otak bagian ini dapat menyebabkan turunnya prestasi akademik, mengganggu pengambilan keputusan, orang menjadi tidak bisa mengontrol hawa nafsu dan emosi.⁶

Dampak yang terjadi ini dibuktikan dari data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang berjudul Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja yang menyatakan persentase remaja yang melakukan seks pranikah semakin meningkat

dari tahun 2007-2012 dimana yang alasan paling banyak adalah rasa ingin tahu setelah menonton pornografi, lalu alasan kedua paling banyak adalah terjadi begitu saja (khususnya perempuan), dan yang ketiga terbanyak adalah dipaksa pasangan.

Pornografi ini memicu banyak permasalahan lainnya, dimana salah satunya adalah kekerasan seksual. Menurut data Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (KOMNAS Perempuan) tahun 2017 sudah tercatat ada 3092 kasus kekerasan yang terjadi di komunitas bukan dalam ranah rumah tangga di tahun 2016, dimana 2290 dari kasus tersebut merupakan kekerasan seksual yang terdiri dari 1036 kasus pemerkosaan dan sisanya pencabulan.⁷

Tidak hanya itu saja, salah satu dampak yang cukup mengganggu kehidupan orang sehari-hari adalah jam tidur yang berubah. Orang yang kecanduan pornografi cenderung menonton pornografi pada malam hari, dimana hal ini dapat berpengaruh kepada banyak aspek dalam kehidupan seperti kehidupan sosial, prestasi akademik dan banyak lagi.⁸ Perubahan jam tidur ini terjadi akibat proses kecanduan dimana terjadi peningkatan kadar dopamin dalam otak sehingga mengaktifasi *Ascending Reticular Activating System (ARAS)* yang merupakan pusat kesadaran seseorang dan membuat orang itu menjadi lebih terjaga dan sulit untuk tidur. Gangguan tidur ini dapat berdampak pada aspek-aspek lain dalam kehidupan seperti kehidupan sosial dan prestasi akademik.⁹

1.2 Rumusan Masalah

Karena belum adanya penelitian yang dilakukan pada mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tentang hubungan kecanduan pornografi dan kualitas tidur.

Apakah kecanduan pornografi ini memiliki hubungan pada kualitas tidur para mahasiswa laki-laki di fakultas kedokteran?

Pertanyaan Penelitian :

1. Seberapa banyak mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang kecanduan pornografi ?
2. Seberapa banyak mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang menurun kualitas tidurnya ?

3. Apakah terdapat hubungan kecanduan pornografi ini terhadap kualitas tidur mahasiswa laki-laki?

1.3 Hipotesis

H_a : Terdapat hubungan antara kecanduan pornografi dengan menurunnya kualitas tidur Mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengurangi angka pecandu pornografi dan memperbaiki kualitas tidur para pecandu pornografi

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui jumlah mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang kecanduan pornografi
2. Mengetahui jumlah mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang memiliki kualitas tidur menurun
3. Mengetahui apakah ada hubungan antara kecanduan pornografi terhadap kualitas tidur mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

1.5 Manfaat Penelitian

Mengetahui prevalensi mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang kecanduan pornografi dan memiliki kualitas tidur yang menurun dan mengetahui apakah kecanduan pornografi memiliki hubungan terhadap kualitas tidur mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.