

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan, manusia adalah makhluk sosial yang tidak akan pernah lepas dari kegiatan berinteraksi dengan manusia lainnya. Dengan interaksi yang terus dilakukan, akan muncul peradaban yang kemudian akan memunculkan budaya dan fenomena.

Ienaga Saburo dalam Situmorang (2009: 2 – 3) menerangkan kebudayaan dalam arti luas dan arti sempit. Kebudayaan dalam arti luas adalah “人間の生活の営み方” yang berarti seluruh cara hidup manusia. Ienaga menjelaskan bahwa kebudayaan ialah keseluruhan yang bukan alamiah. Sedangkan dalam arti sempit kebudayaan adalah ilmu pengetahuan, sistem kepercayaan dan seni.

Setiap negara di dunia memiliki budayanya masing-masing. Negara Jepang dikenal dengan kebudayaannya yang sangat beragam dan unik. Karakteristik geografis negara Jepang mempengaruhi kebudayaan yang ada di negaranya serta timbal balik karakteristik rakyatnya. Bangsa Jepang dikenal sebagai negara yang mampu mengambil dan menarik hasil budi daya bangsa lain, tanpa mengorbankan kepribadian bangsanya sendiri.

Ketekunan dalam bekerja dan kesetiiaannya pada perusahaan dimana tempat mereka bekerja adalah contoh kepribadian bangsa Jepang yang unggul dibanding bangsa-bangsa lainnya. Bentuk komitmen masyarakat Jepang kepada perusahaannya salah satunya adalah dengan bekerja melebihi waktu seharusnya atau bekerja lembur. Sikap kerja keras dan pengabdian penuh terhadap perusahaan tersebut tidak dapat ditandingi oleh negara-negara lain. Bahkan masyarakat Jepang pun rela untuk mengorbankan urusan pribadinya demi kepentingan perusahaan. Bekerja dengan semaksimal merupakan kebanggaan sendiri bagi masyarakat Jepang. Karena hal tersebut, muncul sebuah ungkapan “*work is life*” atau “bekerja adalah kehidupan” di kalangan para pekerja (Blyton et al., 2010:140).

Pekerjaan bagi masyarakat Jepang merupakan segalanya. Sejak mereka kecil mereka sudah ditanamkan untuk hidup mandiri. Contohnya ketika mereka masih duduk di bangku sekolah, mereka bersekolah sembari bekerja paruh waktu. Hal yang membuat mereka bekerja paruh waktu sembari bersekolah terdapat 2 kemungkinan, yaitu orang tua mereka tidak memberikan mereka uang untuk kesehariannya sehingga mereka harus menanggungnya sendiri. Kemungkinan lainnya adalah mereka ingin dapat membeli barang atau liburan ke tempat yang mereka inginkan menggunakan uang mereka sendiri tanpa harus meminta kepada orang tua mereka.

Pada saat kondisi negara Jepang hancur lebur dari segi bangunan sampai infrastruktur akibat bom atom yang di jatuhkan sekutu di Hiroshima dan Nagasaki pada tahun 1945. Tragedi tersebut sangat berdampak terhadap perekonomian negara Jepang pada saat itu. Namun pada akhir tahun 1980, negara Jepang bangkit kembali dan dapat menyaingi perekonomian bangsa-bangsa lain. Menurut data *The Statistic Bureau* pada tahun 2016, bangkitnya ekonomi Jepang ditandai dengan meningkatnya pertumbuhan konsumsi rumah tangga (*household consumption*), tingginya laba sektor swasta, semakin banyaknya tenaga kerja terdidik dan terampil (*educated and skilled labor*), stabilnya situasi politik dalam negeri, meningkatnya investasi di sektor industri, serta semakin besarnya peran teknologi dan inovasi dalam perekonomian.

Majunya negara Jepang juga didukung oleh masyarakatnya yang memiliki dedikasi tinggi dalam bekerja. Dedikasi tinggi masyarakat Jepang dapat dilihat dari singkatnya waktu tidur mereka yang disebabkan oleh bekerja melebihi waktu yang seharusnya. Hal ini dibuktikan dengan hasil sebuah studi yang dilakukan pada tahun 2014 dan 2018 (Rossa, 2020). Di tahun tersebut, hasil sebuah studi keduanya menunjukkan bahwa masyarakat Jepang memiliki waktu tidur yang sangat singkat dibanding warga negara lainnya. Penelitian tersebut dilakukan menggunakan data dari seluruh dunia yang dikumpulkan melalui alat pengukur kebugaran bernama Polar A730 dan Polar M430. Data dari alat tersebut membandingkan kebugaran laki laki dan perempuan dari 28 negara di seluruh dunia. Hasil menyatakan bahwa laki laki dan perempuan masyarakat Jepang tidur rata-rata 6 jam 35 menit setiap harinya.

1. Finlandia, lelaki (7:24) dan perempuan (7:45)	1. Jepang, lelaki (6:30) dan perempuan (6:40)
2. Estonia, lelaki (7:23) dan perempuan (7:44)	2. Israel, lelaki (6:42) dan perempuan (6:51)
3. Prancis, lelaki (7:23) dan perempuan (7:44)	3. Hong Kong, lelaki (6:42) dan perempuan (6:59)
4. Austria, lelaki (7:21) dan perempuan (7:36)	4. Brazil, lelaki (6:47)
5. Belanda, lelaki (7:20) dan perempuan (7:41)	5. Kolombia, lelaki (6:49) dan perempuan (7:10)
(a)	(b)

Gambar 1.1 Negara dengan waktu tidur paling banyak (a) dan negara dengan waktu tidur paling sedikit

Sumber: (Rossa, 2020)

Dilihat dari hasil penelitian diatas, membuktikan dedikasi besar masyarakat Jepang terhadap perusahaan dimana mereka bekerja yang dibuktikan oleh singkatnya durasi tidur mereka. Tak jarang juga setelah bekerja seharian penuh, sepulang dari bekerja mereka melanjutkan lagi pekerjaan mereka dirumah. Hal-hal yang dilakukan oleh masyarakat Jepang tersebut mereka lakukan demi memajukan produktifitas perusahaan dengan mengorbankan waktu, tenaga, dan pikiran. Namun terdapat kasus dimana pengorbanan mereka terhadap perusahaan berujung kematian pada kematian. Fenomena ini disebut dengan budaya *karoshi*, yaitu kelebihan bekerja hingga berujung kematian (Pujiastuti et al., 2007: 42).

Masyarakat Jepang bekerja tanpa kenal libur, mereka menghabiskan waktu sekitar 2.152 jam dalam 1 tahun untuk bekerja. angka tersebut memang lebih kecil jika dibandingkan dengan rata-rata jam kerja dari masyarakat Amerika yang mencapai 1.898 jam dalam 1 tahun, namun diatas dari jumlah rata-rata jam kerja masyarakat Jerman 1.613 dalam 1 tahun. Akan tetapi angka statistik tersebut tidak mencakup jam lembur yang dilakukan masyarakat Jepang.

Tabel 1.1 Frekuensi jam kerja di negara Jepang dengan negara lain

Negara	Tahun				
	1988	1991	1992	1997	1999
Jepang	2.152	2.139	2.107	1.942	1.942
Amerika	1.898	1.874	1.957	2.005	1.991
Uk	1.938	1.835	1.911	1.934	1.942
Prancis	1.657	1.619	1.682	1.677	1.623
Jerman	1.613	1.499	1.567	1.517	1.517

Sumber: (Kawanishi, 2005:72)

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil analisis di tahun 1988 diatas, perbedaan jam kerja antara masyarakat Jepang dan masyarakat Amerika sekitar 200 jam dan perbedaan Jerman dan Prancis 500 jam. Perbedaan jam kerja selama beberapa jam dalam seminggu tidak terlalu jauh, perbedaan antara masyarakat Jepang dan masyarakat Amerika Serikat sekitar 5,6 jam dalam seminggu, yang artinya perbedaan tahunan 291 jam per pekerja.

Data ini menunjukkan bahwa setiap tahun para pekerja Jepang bekerja 4 sampai 6 minggu lebih dari negara-negara lainnya. Para pekerja Jepang turut di dorong untuk mendapatkan pendapatan lebih dengan bekerja lembur. Namun ada juga perusahaan yang tidak memaksa pegawainya untuk bekerja lebih lama dari waktu seharusnya, akan tetapi pegawainya secara sukarela untuk bekerja lebih lama demi prestasi.

Menurut data analisis Kawanishi, 2005:72 tersebut, masyarakat Jepang memberikan dedikasi yang sangat besar terhadap perusahaan tempat mereka bekerja. Mereka memberikan sebagian besar waktunya untuk perusahaan dan mengabaikan kebutuhan untuk makan, istirahat, hingga tidur yang cukup. Karena hal tersebut, tidak jarang ditemukan wanita dan pria pekerja di Jepang tertidur di tempat umum dengan masih menggunakan seragam kantor. Karena rasa lelah yang sangat besar, para pekerja Jepang dapat tertidur di tempat umum seperti kereta api, bus, taman, tangga darurat gedung, dan lain-lain. Ketika mereka sedang tertidur di tempat umum, sama sekali tidak ada rasa khawatir akan kehilangan barang bawaan mereka. Hal ini karena Jepang merupakan salah satu negara maju yang mempunyai

tingkat keamanan yang tinggi, sehingga tingkat kriminalitasnya sangat rendah. Terbukti dengan laporan dari *Kyodo* Kamis 4 Februari 2021, data Badan Kepolisian Nasional Jepang mencatat ada 614.303 kasus kriminal Jepang pada tahun 2020, jumlah tersebut turun 17,9% dari tahun 2019.

Penurunan tersebut dicatat sebagai penurunan yang tercepat, tingkat keamanan Jepang juga berada di level terendah pada zaman pasca-perang. Berdasarkan hal ini, tidak heran masyarakat Jepang tetap merasa nyaman dan aman tertidur di tempat umum. Di Jepang, kegiatan tertidur seperti itu disebut *inemuri*.

Menurut Taniguchi (2007) dalam kamus Bahasa Jepang Goro Taniguchi, *Inemuri* (居眠り) berasal dari dua kata yaitu *I* (居) yang berarti hadir, dan *nemuri* (眠り) yang berarti tidur. Menurut Yamada et al. (2011) dalam kamus *Kokugo Jiten* (1972-1976), *inemuri* memiliki arti tidur dalam kondisi duduk atau berbaring. Walaupun meski dalam keadaan posisi tidur, tetapi pikiran mereka tetap hadir. Berbeda dengan *neru* (寝る) yang tidak dalam kondisi sadar. Berkaitan dengan hal tersebut, *inemuri* ini digunakan pada kondisi tertidur di tempat umum yang pelakunya tidak tertidur lelap, tetapi tertidur dengan tujuan menghilangkan penat atau lelah setelah bekerja keras seharian. Kebiasaan yang dianggap sedikit aneh oleh masyarakat diluar Jepang ini justru dipandang baik oleh masyarakat Jepang sendiri. Para pekerja yang melakukan *inemuri* ini dianggap sebagai pekerja keras yang sangat kelelahan setelah bekerja seharian penuh atau orang-orang yang mengabdikan penuh pada perusahaan dimana mereka bekerja.

Secara harfiah, *inemuri* dapat diartikan “hadir sembari tidur”. Dr. Brigitte Steger, seorang dosen senior dari Universitas Cambridge menceritakan bahwa beliau pertama kali menemukan fenomena ini pada akhir tahun 1980. Menurutnya, sejak ledakan ekonomi Jepang pada tahun 1980, muncul sebuah mindset pada *sarariman* atau *white collar worker* Jepang untuk sampai paling awal dan pulang paling akhir untuk meninggalkan kesan baik pada atasan mereka. Sehingga *inemuri* ini biasanya banyak terjadi di kalangan *sarariman*. *Sarariman* (サラリマン)

sendiri memiliki arti orang gajian, ini merupakan sebutan untuk seseorang yang pendapatannya berbasis gaji terutama mereka yang bekerja di perusahaan besar.

Partisipasi aktif adalah yang paling utama dalam bekerja. Namun, kenyataannya tertidur akibat kelelahan bekerja memberikan kesan pemalas dan melalaikan tugas. Menurut masyarakat Jepang usaha untuk hadir dalam rapat, lebih dihargai oleh rekan kerja. Namun, *inemuri* tidak bisa dengan sembarang posisi.

Posisi *inemuri* tidak senyaman posisi tidur seperti biasanya. Tetapi posisinya adalah tidur dengan posisi duduk dan badan tegak dengan mata sambil terpejam. Posisi ini biasanya terjadi pada perusahaan-perusahaan. Namun jika di tempat umum mereka akan tidur dengan mengikuti tempat yang ada seperti contohnya kereta yang kosong, bangku taman, aspal dan tempat-tempat umum yang luas lainnya, tak jarang mereka *inemuri* dengan posisi membaringkan tubuhnya. Walaupun dengan posisi dan tempat yang bukan seharusnya menjadi tempat tidur, mereka tetap bisa tertidur dengan pulas.

Penyebab utama *inemuri* pada pekerja ini adalah tingginya tuntutan dan persaingan dunia kerja di Jepang. Walaupun sebenarnya kekurangan tidur memberikan banyak dampak negatif bagi tubuh, dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Terutama dapat mengalami proses kerja yang tidak sehat secara psikologis dan dapat juga mengganggu alur kehidupan normal. Mednick & Ehrman (2006) dalam bukunya yang berjudul “Take a Nap! Change Your Life!” menyarankan untuk tidur siang sekejap agar dapat membuat memori tetap tajam.

Selain pada pekerja di Jepang, *inemuri* juga banyak terjadi pada mahasiswa di Jepang. Sebagian besar mahasiswa di Jepang melakukan kegiatan kuliah dan juga bekerja part time atau *Arubaito* (アルバイト). Hal ini dilakukan karena mereka menginginkan uang saku tambahan untuk membeli kebutuhan sehari-hari. Namun dengan kegiatan yang cukup padat membuat waktu istirahat para mahasiswa Jepang yang melakukan *arubaito* sembari kuliah menjadi berkurang. Penelitian yang dilakukan oleh Tiljuir et al. (2021), mahasiswa Universitas Mahasaraswati Denpasar, yang berjudul “Dampak Arubaito Kehidupan Mahasiswa Jepang di Daerah Tokyo” menjelaskan dampak negatif dari *arubaito*.

Tabel 1.2 Persentase responden terhadap dampak negatif dari Arubaito

Dampak Negatif	Jumlah Responden	Persentase
Kelelahan	18	60%
Berkurangnya niat belajar	13	43%
Berkurangnya waktu untuk diri sendiri	17	57%

Hasil dari penelitian tersebut menyatakan dampak negatif terbesar dari *arubaito* adalah kelelahan dengan presentase sebanyak 60%. Berkaitan dengan hal ini, tak heran jika pandangan mahasiswa yang melakukan *inemuri* di tempat umum juga cukup banyak.

Berkaitan dengan fenomena *inemuri* di Jepang, masyarakat Jepang yang memahami dan mengalami budaya Jepang *inemuri* diharapkan dapat memberikan data untuk kesimpulan sebagai hasil dari penelitian ini. Oleh karena itu, dalam penelitian ini penulis akan melibatkan 100 responden yang berasal dari masyarakat Jepang sebagai sumber datanya dan penulis berharap dapat membuat kesimpulan untuk mengetahui bagaimana pandangan responden terhadap fenomena *inemuri* di kalangan pekerja Jepang.

1.2 Penelitian Yang Relevan

1. Fenomena Inemuri Pada Perusahaan Jepang

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Sinaga (2017), mahasiswa Universitas Sumatera Utara. Meneliti mengenai gambaran umum fenomena *inemuri* pada karyawan perusahaan Jepang dan dampak yang ditimbulkan *inemuri* terhadap karyawan perusahaan Jepang dengan menggunakan metode deskriptif dan kepustakaan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah *inemuri* dapat memberikan dampak pada perusahaan. Jika perusahaan menerapkan tidur 30 menit untuk pekerja, dapat meningkatkan produktifitas perusahaan dan berdampak dalam memajukan perusahaan. Di tengah jam kerja yang tinggi serta jam tidur yang terbatas, adanya *inemuri* ini dapat menenangkan kembali pikiran para pekerja sehingga dapat bekerja lebih baik. Persamaan dari penelitian ini adalah menyorot fenomena

inemuri. Perbedaannya terletak pada sudut pandang yang diambil. Pada penelitian ini, mengambil sudut pandang masyarakat Jepang sebagai basisnya.

2. Fenomena Inemuri Sebagai Dampak Budaya Kerja di Perusahaan Jepang

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Chadipo (2020), mahasiswa Universitas Darma Persada. Meneliti mengenai dampak fenomena *inemuri* terhadap budaya kerja di perusahaan Jepang dengan menggunakan metode deskriptif dan kepustakaan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah budaya dalam dunia kerja di negara Jepang antara lain adalah loyalitas, budaya malu, dan etos kerja. Secara tidak langsung hal tersebut merupakan tuntutan sebagai pekerja di perusahaan Jepang yang mengakibatkan tingginya jam kerja. Tingginya jam kerja berdampak pada kurangnya waktu untuk istirahat para pekerja sehingga muncul fenomena *inemuri*. namun dengan memberlakukan peraturan bahwa karyawan diperbolehkan tidur selama 30 menit, hal ini dapat berdampak positif pada kinerja para karyawan.

Persamaan dari penelitian ini adalah menyorot tentang budaya *inemuri*. perbedaannya terletak pada sudut pandang yang diambil. Pada penelitian ini, penulis mengambil sudut pandang masyarakat Jepang sebagai basisnya.

1.3 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, identifikasi masalah dalam Penelitian saya adalah:

1. Budaya kerja keras yang ditanamkan sejak kecil.
2. Budaya kerja keras yang mendorong pekerja untuk bekerja melebihi batas wajar.
3. Budaya kerja keras yang mendorong mahasiswa untuk memiliki banyak kegiatan diluar belajar.
4. Dunia kerja Jepang yang kompetitif.
5. Inemuri sebagai dampak budaya kerja keras masyarakat Jepang

1.4 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, penulis membatasi masalah penulisan pada pandangan mahasiswa Universitas Internasional Kansai terhadap budaya *inemuri*.

1.5 Rumusan masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah muncul permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana *inemuri* dalam kehidupan mahasiswa Jepang
2. Bagaimana pandangan mahasiswa Universitas Internasional Kansai terhadap fenomena *inemuri*.

1.6 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui lebih dalam mengenai *inemuri* dalam kehidupan mahasiswa Jepang
2. Mengetahui pandangan mahasiswa Universitas Internasional Kansai terhadap budaya *inemuri*.

1.7 Landasan Teori

- Persepsi

Persepsi adalah hasil perbuatan memandang. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2021), persepsi didefinisikan sebagai proses diterimanya stimulus oleh individu kemudian diorganisasikan dan diinterpretasikan sehingga individu mengerti yang diinderanya.

Pendapat lain mengenai definisi persepsi yaitu proses dimana individu memilih, memuaskan dan menafsirkan masukan informasi untuk menciptakan suatu gambaran yang berarti mengenai dunia. Berdasarkan uraian diatas, penulis menyimpulkan bahwa persepsi adalah tanggapan seseorang tentang sesuatu yang dilihat secara langsung maupun tidak langsung.

- Masyarakat

Masyarakat dalam istilah bahasa Inggris adalah *society* yang berasal dari bahasa Latin *socius* yang berarti kawan. Istilah masyarakat berasal dari kata bahasa Arab *syaraka* yang berarti ikut serta dan berpartisipasi.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2021), masyarakat adalah sejumlah manusia dalam arti seluas-luasnya dan terikat oleh suatu kebudayaan yang mereka anggap sama.

Berdasarkan uraian diatas, penulis menyimpulkan bahwa masyarakat adalah sekumpulan manusia yang saling berinteraksi.

- Kebudayaan

Kebudayaan adalah keseluruhan sistem gagasan, tindakan, dan hasil karya manusia dalam rangka kehidupan masyarakat yang dijadikan diri manusia dengan belajar. Kata “Kebudayaan” berasal dari bahasa Sansakerta *buddhayah*, yaitu bentuk jamak dari *buddhi* yang berarti “budi” atau “akal”, sehingga kebudayaan dapat diartikan “hal-hal yang berkaitan dengan akal” (Koentjaraningrat, 1976).

Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan bahwa kebudayaan adalah suatu cara hidup yang berkembang di kalangan masyarakat dan diwariskan dari generasi ke generasi.

- Fenomena

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, fenomena adalah hal-hal yang dapat disaksikan dengan pancaindra dan dapat diterangkan serta dinilai secara ilmiah (seperti fenomena alam). Menurut Lapau (2012), fenomena adalah sesuatu hal yang bisa disaksikan dengan pancaindra serta dapat dinilai dan diterangkan secara ilmiah. Menurut kamus Sosiologi dan Kependudukan, fenomena diartikan sebagai unsur dasar variabel yang secara sosiologi dianggap stabil. Ilmu yang mempelajari fenomena disebut fenomenologi yang oleh Haryono Suyono dalam Gautama (2011), diartikan secara pendekatan ilmiah yang mempersoalkan sebab-sebab timbulnya gejala atau kejadian.

Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan bahwa fenomena adalah suatu peristiwa tidak lazim yang terjadi di masyarakat yang dapat dilihat, dirasakan, dan diamati oleh manusia.

- Inemuri

Menurut Yamada et al. (2011) dalam kamus Kokugo Jiten, *inemuri* memiliki arti tidur dalam keadaan duduk. Secara harfiah dapat diartikan “hadir sembari tidur”. Menurut Taniguchi (2007) dalam kamus Goro Taniguchi, *inemuri* berasal dari 2 kata yaitu *I* (居) yang berarti hadir, dan kata *nemuri* (眠り) yang berarti tidur. *Inemuri* merupakan praktek tidur di Jepang yang dianggap wajar dalam kebudayaan Jepang. Menurut Steger (2007), *inemuri* adalah kebiasaan tertidur yang diakibatkan oleh kurangnya istirahat karena tuntutan pekerjaan. Menurut Tanaka (2013), *inemuri* adalah kebiasaan tertidur masyarakat Jepang di jam sibuk. Kebiasaan tidur ini tidak seperti tidur kebanyakan, karena pelaku *inemuri* masih dalam keadaan sadar akan sekitarnya (Tanaka, 2013).

Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan *inemuri* merupakan kebiasaan masyarakat Jepang tertidur pada waktu bekerja atau dalam perjalanan, dan pada saat setelah bekerja seharian penuh.

1.8 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat bagi penulis, pembaca, dan Universitas Darma Persada.

1. Bagi penulis, penelitian ini dapat menambah wawasan lebih dalam mengenai gambaran umum fenomena *inemuri* serta pandangan mahasiswa Universitas Internasional Kansai terhadap budaya *inemuri*.
2. Bagi pembaca, penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan dan referensi untuk meneliti mengenai fenomena *inemuri*.
3. Bagi Universitas Darma Persada, penelitian ini dapat menambah koleksi referensi.

1.9 Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Penelitian menggunakan metode deskriptif analisis melalui studi kepustakaan dan kuisioner. Kuisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara membuat seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya, dimana peneliti tidak langsung bertanya jawab dengan responden. (Sugiyono, 2017). Populasi dari kuisioner ini adalah mahasiswa Universitas Internasional Kansai terhadap fenomena *inemuri* dengan sampel yang diambil sebanyak 50 melalui *google form*. Instrumen penelitian ini adalah penulis sendiri.

1.10 Sistematika Penelitian

Bab 1 Pendahuluan

Pada bab I penulis akan memaparkan Latar Belakang Masalah, Identifikasi Masalah, Pembatasan Masalah, Rumusan Masalah, Landasan Teori, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Metode Penelitian, serta Sistematika Penulisan.

Bab II Inemuri Dalam Kehidupan Mahasiswa Jepang

Pada bab II ini penulis akan memaparkan tentang bagaimana *inemuri* dalam kehidupan mahasiswa Jepang.

Bab III Analisis Data Pandangan Mahasiswa Universitas Internasional Kansai Terhadap Budaya Inemuri

Pada bab III ini penulis akan memaparkan kuisioner pandangan mahasiswa Universitas Internasional Kansai terhadap fenomena *inemuri*.

Bab IV Kesimpulan

Pada bab IV ini penulis akan memaparkan kesimpulan dari hasil.