LIJ | *Library Insight Journal*
Vol.2 No.1 2025
p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Perpustakaan Sebagai Tempat Istirahat dan Relaksasi Para Akademisi

Nur Fitriyanti
Universitas Islam Swasta YPBWI Sidoarjo
nurfitriyanti038@gmail.com

Prasetyo Adi Nugroho
Universitas Airlangga
adi.unair@gmail.com

Fahimatun Nafisa
Universitas Airlangga
nafisa@staf.unair.ac.id

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Abstrak

Mahasiswa terbebani dengan kehidupan kampusnya. Perpustakaan menawarkan tempat peristirahatan yang damai bagi para mahasiswa yang lelah dari kehidupan kampus. studi ini bertujuan untuk mengobservasi potensi serta kendala apa saja dalam mewujudkan perpustakaan di universitas-universitas negeri di Indonesia sebagai tempat untuk beristirahat, terutama bagi para mahasiswa. Studi ini menggunakan data sekunder berupa metadata yang didownload dari website Scopus. Ada 97 dokumen diekspor dalam bentuk file CSV berasal dari tahun 1980-2025. Data dianalisis dengan metode SLR. Hasil menunjukkan bahwa mahasiswa yang lelah akan mengganggu kesehatan mereka. Hal ini memerlukan peran pustakawan untuk memanajemen pengadaan fasilitas, peralatan, serta kegiatan untuk mendukung istirahat para mahasiswa pada gedung perpustakaan. Namun, integrasi fasilitas baru ke dalam ruang perpustakaan yang ada dapat menjadi tantangan.

Kata kunci: pendidikan islam, publikasi internasional, pendidikan agama Islam

Abstract

Students are burdened with campus life. Libraries offer a peaceful retreat for students who are tired of campus life. This study aims to observe the potential and obstacles in realizing libraries in public universities in Indonesia as a place to rest, especially for students. This study uses secondary data in the form of metadata downloaded from the Scopus website. There are 97 documents exported in the form of CSV files, dating from 1980 to 2025. The data was analyzed by the SLR method. The results show that tired students will interfere with their health. This requires the role of librarians to manage the provision of facilities, equipment, and activities to support students' rest in the library building. However, the integration of new facilities into existing library spaces can be challenging.

Keywords: Islamic education, international publications, Islamic religious education

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Latar Belakang

Kehidupan seorang mahasiswa di perguruan tinggi negeri di Indonesia penuh dengan tugas, ujian, dan kegiatan sosial kemahasiswaan yang menyisakan sedikit waktu untuk bersantai dan merawat diri sendiri. Hal ini menyebabkan para mahasiswa kurang istirahat dan mudah lelah (Qosim et al., 2023). Di tengah kesibukan, penting untuk meluangkan waktu untuk diri sendiri, meskipun hanya sebentar. Menemukan keseimbangan adalah seni yang sulit dikuasai banyak mahasiswa, tetapi penting untuk menjaga kesehatan mental dan fisik (Juliansyah et al., 2021). Baik itu berjalan-jalan sebentar di sekitar kampus, menghabiskan waktu tenang dengan membaca buku favorit, atau sekadar menikmati secangkir teh dalam kesendirian, tindakan kecil untuk merawat diri sendiri ini dapat menyegarkan semangat dan menajamkan pikiran. Mengenali tanda-tanda kelelahan sebelum menjadi sangat parah menjadi penting bagi mahasiswa untuk menjaga vitalitas tubuh (Mafruchati et al., 2024). Merasa lelah terus-menerus, kehilangan minat pada aktivitas yangsebelumnya dapat dinikmati, atau kesulitan berkonsentrasi merupakan tanda-tanda bahwa kelelahan seorang mahasiswa sudah memuncak secara fisik dan mental. Memprioritaskan istirahat dan pemulihan dapat menghasilkan produktivitas yang lebih tinggi dalam jangka panjang. Istirahat yang dapat merelaksasi pikiran dan badan dapat menggerakkan mahasiswa untuk mengerjakan tugas mereka dengan energi dan fokus yang baru (Zaman et al., 2022).

Perpustakaan menawarkan tempat peristirahatan yang damai bagi para mahasiswa yang lelah dari kehidupan kampus. Para mahasiswa dapat membenamkan diri dalam pengetahuan karena perpustakaan mengelilingi mahasiswa dengan buku-buku yang berjejer rapi dan dapat dibaca sambil bersantai ataupun dalam posisis rebahan (Fistiyanti et al., 2022). Selain itu, beberapa perpustakaan di perguruan tinggi besar memiliki pilihan tempat duduk yang nyaman, seperti kursi berlengan, sofa, dan kursi *beanbag*, meningkatkan relaksasi dan memfasilitasi fokus yang lebih lama di perpustakaan, khususnya bagi mahasiswa yang lelah (Iman et al., 2022). Namun, pihak pustakawan juga perlu untuk menyediakan berbagai macam pengaturan tempat duduk tidak hanya mengakomodasi preferensi individu tetapi juga menumbuhkan suasana yang ramah yang mendorong siswa untuk terlibat secara mendalam dengan studi mereka (Wardhana, Ratnasari, et al., n.d.). Selain itu, pencahayaan yang lembut dapat meningkatkan lingkungan yang tenang ini, memungkinkan siswa untuk membaca atau menyelesaikan tugas tanpa mengalami ketegangan mata (Suryanto et al., 2020).

Pada akhirnya, ruang perpustakaan yang dirancang dengan cermat yang menekankan kenyamanan dan fungsionalitas berfungsi sebagai sumber daya penting bagi siswa, mendorong mereka untuk memaksimalkan waktu belajar sambil merasa rileks dan terinspirasi. Dengan memupuk lingkungan yang menarik di mana kenyamanan selaras dengan kepraktisan, perpustakaan dapat memberdayakan siswa untuk berprestasi secara akademis, memungkinkan mereka untuk mengejar tujuan mereka dengan antusiasme baru. (Yelli, 2019)

Penelitian sebelumnya tentang perpustakaan lebih berfokus pada peran di luar peran tradisional perpustakaan sebagai repositori buku. Perpustakaan sekarang

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

berkembang menjadi pusat komunitas dinamis yang melayani berbagai kebutuhan dan minat. Di sisi lain, di beberapa universitas negeri Indonesia, perpustakaan modern ini sekarang menawarkan area belajar kolaboratif, zona tenang untuk pekerjaan individu, dan lounge yang nyaman untuk relaksasi. Mereka juga menggabungkan hub teknologi dengan akses ke komputer, printer, dan Wi-Fi, yang mendukung proyek akademis dan pribadi (Wardhana, 2021b). Namun, belum banyak penelitian terdahulu yang menjadikan perpustakaan sebagai tempat untuk relaksasi bagi para mahasiswa ataupun akademisi setelah lelah dalam menghadapi kegiatan belajar mengajar. Oleh karena itu studi ini bertujuan untuk mengobservasi potensi serta kendala apa saja dalam mewujudkan perpustakaan di universitas-universitas negeri di Indonesia sebagai tempat untuk beristirahat, terutama bagi para mahasiswa.

Tinjauan Pustaka

Peran Relaksasi bagi Kehidupan Akademis

Relaksasi dan beristirahat merupakan komponen mendasar dari keberhasilan akademis seorang siswa. Tuntutan kehidupan akademis yang intens sering kali menyebabkan stres dan kelelahan, yang dapat secara signifikan mengganggu fungsi kognitif seperti ingatan, perhatian, dan keterampilan memecahkan masalah (Ohe et al., 2017). Oleh karena itu, mengintegrasikan periode istirahat dan relaksasi ke dalam rutinitas harian bukan sekadar kemewahan, tetapi merupakan kebutuhan untuk kinerja akademis yang optimal. Relaksasi dan istirahat merupakan bagian penting dari keberhasilan akademis. Dua hal tersebut mendukung konsolidasi memori, mengurangi stres, meningkatkan fokus, dan meningkatkan fungsi kognitif secara keseluruhan. Siswa harus memprioritaskan kegiatan ini sebagai bagian dari rutinitas belajar mereka, dan lembaga pendidikan harus memfasilitasi lingkungan yang mendorong pendekatan yang seimbang untuk belajar. Dengan mengenali dan menghargai peran istirahat dan relaksasi, kita dapat menciptakan pengalaman akademis yang lebih mendukung dan efektif yang memelihara kesejahteraan mental dan fisik (Jepson, 2020).

Pertama, istirahat memainkan peran penting dalam konsolidasi memori. Penelitian telah menunjukkan bahwa selama tidur, otak memproses dan mengatur informasi yang dikumpulkan sepanjang hari, memindahkannya dari memori jangka pendek ke memori jangka panjang. Proses ini penting untuk pembelajaran dan retensi pengetahuan. Tanpa tidur yang cukup, siswa mungkin kesulitan mengingat informasi dan berprestasi baik dalam ujian atau tugas. Dengan demikian, memprioritaskan tidur merupakan aspek penting dari kebiasaan belajar yang efektif.

Menurut studi oleh (Fatima et al., 2022), beristirahat selama sesi belajar sangat penting untuk mempertahankan kinerja kognitif tingkat tinggi. Otak hanya dapat mempertahankan fokus yang intens untuk jangka waktu terbatas, biasanya sekitar 25-30 menit. Setelah melewati durasi tersebut, produktivitas seseorang akan menurun, dan melanjutkan belajar hanya menghasilkan kontraproduktif. Menerapkan teknik seperti Teknik Pomodoro, yang melibatkan belajar selama 25 menit diikuti dengan istirahat 5 menit, dapat membantu mempertahankan konsentrasi dan mencegah kelelahan. Selama

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

istirahat ini, melakukan aktivitas fisik ringan atau latihan relaksasi dapat lebih menyegarkan pikiran dan tubuh (Mafruchati et al., 2022).

Lingkungan akademis harus mendukung kebutuhan untuk istirahat dan relaksasi (Ghifara et al., 2022). Lembaga pendidikan dapat memainkan peran penting dengan menyediakan ruang seperti ruang relaksasi, zona tenang, dan lounge yang nyaman tempat siswa dapat bersantai (Seeman, 2018). Perpustakaan, misalnya, dapat menyediakan area khusus untuk relaksasi di samping ruang belajar, dengan mengakui kebutuhan ganda untuk fokus yang intens dan istirahat yang memulihkan. Dengan mempromosikan pendekatan yang seimbang untuk belajar, universitas dapat meningkatkan kesejahteraan dan kinerja akademis mahasiswa (Mafruchati, Othman, et al., 2023).

Perpustakaan sebagai Lembaga Pelayanan Multifungsi

Perpustakaan telah berevolusi secara signifikan dari sekadar tempat penyimpanan buku menjadi lembaga multifungsi yang melayani beragam kebutuhan pengunjung (Kliushnyk et al., 2019). Pertama, perpustakaan menyediakan akses ke berbagai sumber informasi, dari buku-buku tradisional dan jurnal akademis hingga basis data digital dan konten multimedia. Akses ini mendemokratisasi pendidikan, memungkinkan individu dari semua latar belakang untuk mengejar pengetahuan dan pengembangan diri (Wardhana, 2023). Perpustakaan juga menawarkan koleksi dan arsip khusus yang melestarikan warisan budaya dan mendukung penelitian ilmiah, menjadikannya sangat berharga bagi akademisi, mahasiswa, dan pembelajar seumur hidup (Utomo, 2019).

Perpustakaan juga berfungsi sebagai tempat berkumpul masyarakat, mendorong kohesi sosial dan keterlibatan masyarakat. Perpustakaan menyelenggarakan berbagai acara, mulai dari diskusi penulis dan klub buku hingga pameran seni dan pertunjukan budaya, yang menciptakan peluang untuk interaksi sosial dan pertukaran budaya (Zulaikha et al., n.d.). Selain itu, perpustakaan mempromosikan inklusivitas dan mendukung populasi yang kurang terlayani. Program yang dirancang khusus untuk anak-anak, manula, imigran, dan penyandang disabilitas memastikan bahwa setiap orang memiliki akses ke sumber daya dan layanan perpustakaan. Inisiatif ini membantu membangun masyarakat yang inklusif tempat setiap orang dapat berpartisipasi dan berkembang (Fistiyanti et al., 2022).

Metode

Teknik Pengumpulan Data

Studi ini menggunakan data sekunder berupa metadata dokumen dokumen yang telah terbit pada berbagai jurnal. Metadata yang digunakan didownload pada halaman website Scopus (Wardhana, Rusgianto, et al., n.d.). Alasan mengapa paper ini menggunakan metadata yang diunduh dari Scopus adalah karena Scopus merupakan salah satu basis data abstrak dan sitasi terbesar, yang mencakup berbagai disiplin ilmu termasuk sains, teknologi, kedokteran, ilmu sosial, serta seni dan humaniora (Ryandono et al., 2022). Hal ini memastikan Anda memiliki akses ke spektrum penelitian yang luas. Selain itu, Scopus hanya mengindeks jurnal yang ditinjau sejawat dan sumber yang bereputasi

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

baik, yang memastikan bahwa data tersebut berkualitas tinggi dan dapat diandalkan. Hal ini penting untuk penelitian akademis dan profesional (Mendo et al., 2023).

Data di download dengan memasukkan quaries pada fitur pencarian di website Scopus. Queries yang digunakan yakni *("university" OR "college" OR "academic" OR "higher education") AND ("library" OR "information center" OR "resource center" OR "media center") AND ("resting area" OR "study space" OR "quiet zone" OR "lounge") AND ("features" OR "attributes" OR "characteristics" OR "elements") AND ("design" OR "layout" OR "environment" OR "amenities").* Ditemukan sekitar 1132 dokumen. Dokumen-dokumen tersebut kemudian dieliminasi berdasarkan kriteria inklusif seperti naskah harus berbahasa Inggris, publikasi pada jurnal, harus terit pada jurnal dengan lingkup perpustakaan, dan bukan termasuk review. Tersisa sekitar 97 dokumen. Data keudian diekspor dalam bentuk file CSV agar dapat dianalisis isinya. Data yang dieskpor berupa informsi sitasi, abstrak dan kata kunci, serta informasi bibliografi (Wardhana & Ratnasari, 2022a). Data yang tersimpan berasal dari tahun 1980-2025.

Teknik Analisis Data

Data dalam bentuk CSV kemudian dianalisis dengan systematic literature review (SLR). Metode SLR dapat menganalisis hal apa saja yang perlu ditelusiri pada 97 dokumen yang tersimpan pada file CSV (Mafruchati et al., 2024). Hal hal yang perlu dibahas yakni kendala dan potensial pengadaan fasilitas serta benda-benda apa saja yang perlu diperhatikan yang dapat meningkatkan relaksasi mahasiswa serta akademisi yang kelelahan secara fisik dan mental. Data-data disajikan dalam bentuk tabel beserta paper-paper apa saja yang menjadi rujukan sumbernya.

Hasil dan Pembahasan

Perpustakaan perguruan tinggi tidak hanya berfungsi sebagai pusat informasi dan pembelajaran, tetapi juga memiliki potensi besar untuk menjadi ruang relaksasi bagi akademisi. Dalam tekanan akademik yang sering kali tinggi, seperti tuntutan penelitian, pengajaran, dan pengelolaan waktu, perpustakaan dapat menyediakan lingkungan yang mendukung keseimbangan emosional dan mental. Oleh karena itu, perpustakaan perguruan tinggi memiliki potensi besar untuk memberikan solusi melalui penyediaan ruang dan layanan yang mendukung relaksasi. Dengan menyediakan fasilitas yang nyaman, memperhatikan desain interior, melibatkan pustakawan secara aktif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung, serta menyelenggarakan kegiatan sosial dan menggunakan musik sebagai sarana relaksasi, perpustakaan dapat memainkan peran kunci dalam meningkatkan pengalaman belajar mahasiswa. Upaya ini akan membantu mahasiswa untuk lebih produktif dan sejahtera secara mental dalam menjalani proses akademik mereka.

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Tabel 1. Fitur Layanan Perpustakaan Untuk Relaksasi

Fitur	Manfaat
Lingkungan Restoratif	Pemulihan fisik dan mental, mengurangi stres (NURSAFILA, 2020)
Area Tidur Siang	Mengurangi kekurangan tidur, meningkatkan fungsi kognitif, meningkatkan kunjungan perpustakaan (Purnama et al., 2020)
Perabotan yang Nyaman	Peningkatan kenyamanan postur, sesi belajar lebih lama (Fahmi, 2022)
Inisiatif Kesehatan	Peningkatan kesejahteraan siswa, hubungan masyarakat yang positif (Nashihuddin & Trianggoro, 2017)
Pertimbangan Desain	Peningkatan kegunaan, daya tarik, dan fleksibilitas (Prasetyo, 2019)

Sumber: Data dianalisis oleh penulis (2025)

Area restorasi di perpustakaan yang dikhususkan untuk pemulihan fisik dan mental sangat penting karena beberapa alasan. Pertama, kehidupan akademis sering kali memberikan tuntutan yang signifikan pada mahasiswa, yang menyebabkan stres, kelelahan, dan kejenuhan. Memiliki ruang khusus untuk relaksasi di dalam perpustakaan menawarkan tempat perlindungan bagi mahasiswa di mana mereka dapat beristirahat, mengisi ulang tenaga, dan kembali belajar dengan fokus dan energi baru (Fatmawati, 2018). Kedua, manfaat kesehatan mental dari ruang tersebut menyediakan lingkungan yang mendukung relaksasi dan perhatian. Perpustakaan dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan, yang umum terjadi di kalangan mahasiswa (Pratiwi et al., 2022). Hal ini, secara perlahan dapat meningkatkan kesejahteraan dan ketahanan emosional secara keseluruhan, sehingga memungkinkan mahasiswa untuk mengatasi tekanan akademis dengan lebih baik (Ramadhani et al., 2020).

Hal-hal yang jarang untuk diperhatikan pihak perpustakaan yakni membantu untuk menjaga kesehatan para akademisi, khususnya mahasiswa. Perpustakaan dapat menyelenggarakan lokakarya kesehatan dan kebugaran, yang mencakup topik-topik seperti nutrisi, olahraga, kesehatan mental, dan manajemen penyakit (Loestefani et al., 2022). Lokakarya ini memberdayakan individu dengan informasi berharga dan saran praktis, membantu mereka menjalani gaya hidup yang lebih sehat. Selain lokakarya, perpustakaaan juga perlu untuk mendukung kegiatan peningkatan kesehatan akademisi lewat peyediaan akses ke banyak sumber daya terkait kesehatan, termasuk buku, majalah, dan basis data daring, yang memungkinkan pengunjung untuk tetap mendapatkan informasi tentang berbagai topik kesehatan (Mafruchati, Ismail, et al., 2023). Beberapa perpustakaan juga perlu untuk menawarkan akses gratis atau berbiaya rendah ke jurnal medis dan situs web kesehatan yang kredibel, yang memastikan bahwa informasi yang dapat diandalkan dapat diakses oleh semua orang (Zaini & Syafaruddin, 2020).

Selain fasilitas didalam perpustakaan, fasilitas diluar gedung perpustakaan juga dapat dimanfaatkan untuk mendukung eksehatan mahasiswa. Banyak perpustakaan di luar negeri, khususnya di USA telah merangkul konsep kebun komunitas, tempat pengunjung dapat terlibat dalam kegiatan berkebun dan belajar tentang manfaat menanam dan mengonsumsi produk segar. Kelas memasak dan lokakarya nutrisi juga umum, membekali orang dengan keterampilan untuk menyiapkan makanan sehat dan lezat di rumah. Program kebugaran, seperti kelas yoga dan aerobik, sering tersedia di dalam

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

gedung perpustakaan, yang mendorong aktivitas fisik dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan.

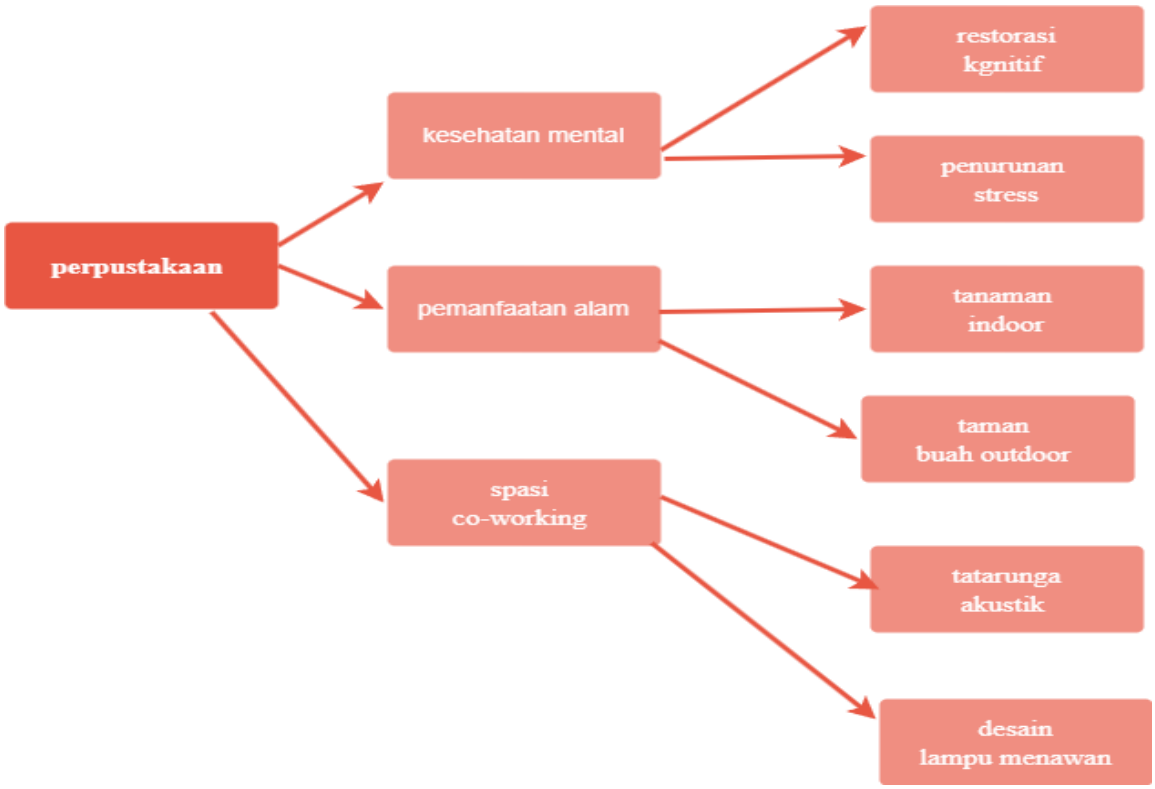
Pustakawan juga perlu untuk menggandeng psikolog yang ahli pada universitas tempat bernaung untuk menyelenggarakan acara dukungan kesehatan mental. Hal ini merupakan aspek penting lainnya dari layanan perpustakaan. Sealin iut, perpustakaan dapat menyediakan tempat yang tenang dan tenteram untuk sesi relaksasi dan meditasi kesadaran, yang memungkinkan pengunjung untuk menghilangkan stres dan menyegarkan diri. Ruang sosial dalam perpustakaan menumbuhkan rasa kebersamaan dan keterhubungan, mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kesejahteraan mental.

Utilitas dan Prasarana Perpustakaan dalam Proses Relaksasi dan Istirahat

Mahasiswa sering kali menghadapi jadwal padat yang membuat mereka kelelahan, dan perpustakaan semakin beradaptasi untuk mendukung kesejahteraan mereka dengan menyediakan fasilitas yang mendukung tidur. Selain dukungan akademis, perpustakaan sering kali menyediakan area tempat duduk yang nyaman dan zona relaksasi tempat mahasiswa dapat bersantai dan beristirahat dari studi mereka. Beberapa perpustakaan bahkan menyelenggarakan program kesehatan, seperti sesi meditasi dan lokakarya manajemen stres, yang dirancang untuk membantu mahasiswa mengatasi tekanan kehidupan universitas. Barang-barang ini membantu mahasiswa memulihkan tenaga dan mempertahankan produktivitas mereka. Beberapa perpustakaan kini menyediakan tempat tidur kecil pribadi yang dilengkapi dengan tempat duduk yang nyaman dan pencahayaan redup, yang menyediakan tempat yang sempurna untuk tidur siang sebentar. Tempat tidur ini dirancang untuk menciptakan lingkungan yang menenangkan, membantu mahasiswa untuk menyegarkan diri dengan cepat.

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx



Gambar 1. Konsep Pemanfaatan Perpustakaan Untuk Relaksasi Mahasiswa

Sumber: Data dianalisis oleh penulis (2025)

Selain itu, perpustakaan dapat menyediakan ruang tidur siang atau area yang tenang dengan kursi santai dan selimut yang nyaman, yang memungkinkan mahasiswa untuk beristirahat sejenak tanpa risiko terganggu. Ruang-ruang ini ideal bagi mereka yang membutuhkan waktu istirahat sejenak untuk mengisi ulang energi mereka. Perpustakaan menyediakan area belajar yang tenang, yang memungkinkan mahasiswa untuk fokus dan mengerjakan tugas tanpa gangguan. Lingkungan yang tenang ini meningkatkan konsentrasi dan produktivitas, membantu siswa memanfaatkan waktu belajar mereka sebaik-baiknya.

Tabel 2. Utilitas Milik Perpustakaan Untuk Relaksasi

Utilitas	Keterangan
Perabotan yang Nyaman (Nashihuddin & Trianggoro, 2017)	Sofa, kursi, dan tempat tidur siang untuk bersantai dan tidur siang
Lingkungan yang Tenang (Pratama, 2018)	Kenyamanan akustik untuk memastikan suasana yang damai
Cahaya Alami dan Biofilia (Muhaimin et al., 2023)	Penggabungan elemen dan pemandangan alam
Aksesibilitas dan Kenyamanan (Kesuma et al., 2022)	Akses mudah dan dekat dengan fasilitas
Berbagai Ruang (Crane, 2023)	Campuran ruang individu dan kelompok, penggunaan fleksibel
Desain Estetika (Koseoglu et al., 2022)	Elemen desain yang menarik dan unik

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Utilitas	Keterangan
Infrastruktur Pendukung (Fatmawati, 2018)	Stopkontak, Wi-Fi, pencahayaan yang dapat disesuaikan

Sumber: Data dianalisis oleh penulis (2025)

Beberapa perpustakaan dapat memperkenalkan perlengkapan tidur, yang meliputi penutup mata, penyumbat telinga, dan bantal kecil. Perlengkapan ini tersedia untuk dipinjam, memungkinkan siswa menciptakan lingkungan yang tenang di mana pun mereka memilih untuk beristirahat di dalam perpustakaan. Untuk melengkapi fasilitas tidur ini, perpustakaan sering kali memiliki program kesehatan yang berfokus pada manajemen stres dan kebiasaan tidur yang sehat. Lokakarya tentang topik-topik seperti meditasi, teknik relaksasi, dan pentingnya tidur dapat membekali siswa dengan pengetahuan dan keterampilan untuk mengelola kesejahteraan mereka secara efektif.

Tabel 3. Kegiatan Yang Diselenggarakan Oleh Pustakawan Untuk Relaksasi

Saran Kegiatan	Keterangan	Manfaat Potensial
Tantangan "Isi Ulang Tenaga dalam 10 Menit"	Dorong istirahat sejenak yang singkat dan penuh perhatian setiap jam.	Stres berkurang, fokus meningkat, kewaspadaan meningkat.
Tantangan "Temukan Titik Zen Anda"	Temukan sudut perpustakaan yang paling menenangkan.	Ruang relaksasi yang dipersonalisasi, meningkatkan kenyamanan dan kenikmatan.
Tantangan "Pahlawan Hidrasi"	Lacak asupan air harian.	Peningkatan tingkat energi, fungsi kognitif, dan kesejahteraan secara keseluruhan.
Tantangan "Gerakan Sadar"	Sertakan peregangan singkat atau jalan santai yang menenangkan pikiran ke dalam rutinitas belajar.	Mengurangi ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan energi.
Tantangan "Jam Bebas Teknologi"	Luangkan satu jam per hari untuk membaca atau belajar tanpa perangkat elektronik.	Gangguan berkurang, fokus meningkat, pemahaman bacaan meningkat.
Tantangan "Bentang Suara Perpustakaan"	Buat daftar lagu berisi suara-suara yang menenangkan saat belajar.	Gangguan kebisingan berkurang, konsentrasi meningkat, dan lingkungan belajar yang lebih personal pun tercipta.
Tantangan "Koneksi Sosial"	Terlibat dalam percakapan singkat dengan pengguna perpustakaan lainnya.	Mengurangi perasaan terisolasi, meningkatkan kesejahteraan sosial, potensi pembentukan kelompok belajar.
"Tantangan Camilan Sehat"	Bawalah camilan sehat ke perpustakaan untuk menghindari pilihan mesin penjual otomatis yang tidak sehat.	Tingkat energi tetap terjaga, fokus meningkat, kesehatan keseluruhan lebih baik.
Tantangan "Eksplorasi Perpustakaan"	Temukan area baru perpustakaan dan sumber dayanya.	Mengurangi monoton, meningkatkan kesadaran terhadap layanan perpustakaan, potensi strategi belajar baru.
"Tantangan Jurnal Rasa Syukur"	Luangkan waktu 5 menit setiap hari untuk menulis jurnal tentang hal positif yang Anda alami di perpustakaan.	Meningkatnya apresiasi terhadap ruang perpustakaan, membaiknya suasana hati, meningkatnya kesejahteraan.

Sumber: Data dianalisis oleh penulis (2025)

Kendala dalam Pengadaan Sarana dan Kegiatan Relaksasi di Perpustakaan

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Setiap perpustakaan di perguruan tinggi pasti mempunyai keterbatasan. Walaupun pihak pustskawan mempunyai prgram yang bagus namun jika tidka didukung oleh pendanaan yang memadai serta birokrasi universitas yang bagus maka akan sulit mewujudkan program-program untuk kesehatan mahasiswa. Penerapan fasilitas perpustakaan yang dirancang khusus untuk mahasiswa yang lelah, seperti tempat tidur siang, ruang tidur siang, dan program kebugaran, sering kali menghadapi tantangan pendanaan dan birokrasi yang signifikan. Salah satu masalah utama pengadaan kegiatan dan fasilitas adalah mengamankan sumber daya keuangan yang memadai. Perpustakaan biasanya beroperasi dengan anggaran terbatas, dan mengalokasikan dana untuk fasilitas baru bisa jadi sulit, terutama ketika layanan dan sumber daya penting lainnya juga membutuhkan perhatian. Upaya penggalangan dana dan pengajuan hibah mungkin diperlukan, tetapi membutuhkan waktu dan keahlian, yang menambah kompleksitas prosesnya.

Birokrasi universitas yang kompleks, terutama di Indonesia semakin mempersulit penerapan fasilitas ini. Pengambilan keputusan di lembaga akademik sering kali melibatkan berbagai lapisan persetujuan dari berbagai departemen dan pemangku kepentingan, yang menyebabkan potensi penundaan dan konflik kepentingan. Misalnya, memperoleh persetujuan dari administrasi universitas, dewan perpustakaan, dan perwakilan mahasiswa dapat menjadi proses yang panjang dan rumit. Selain itu, mungkin ada persyaratan peraturan dan masalah kepatuhan yang perlu ditangani, seperti standar kesehatan dan keselamatan, kode bangunan, dan pedoman aksesibilitas.

Lebih jauh lagi, integrasi fasilitas baru ke dalam ruang perpustakaan yang ada dapat menjadi tantangan. Perpustakaan mungkin perlu menjalani renovasi atau konfigurasi ulang, yang dapat mengganggu operasi harian dan memerlukan pendanaan tambahan serta perencanaan logistik. Singkatnya, meskipun niat untuk meningkatkan fasilitas perpustakaan bagi mahasiswa yang lelah patut dipuji, kepraktisan pendanaan dan mengatasi rintangan birokrasi menghadirkan kendala signifikan terhadap keberhasilan implementasi.

Tabel 4. Kendala dalam pengadaan fasilitas dan acara untuk relaksasi para akademisi

Kendala	Keterangan
1. Keterbatasan Anggaran	Keterbatasan dana sering kali membatasi pembelian barang-barang mahal seperti tempat tidur siang, furnitur ergonomis kelas atas, atau peralatan relaksasi khusus (Wijayanti, n.d.).
2. Keterbatasan Ruang	Perpustakaan mungkin memiliki ruang terbatas untuk menampung fasilitas istirahat baru, terutama di daerah perkotaan atau bangunan tua (Irawati & Haidar, 2023).
3. Biaya Pemeliharaan	Pemeliharaan dan perawatan fasilitas baru yang berkelanjutan dapat memakan biaya besar, memerlukan pembersihan, perbaikan, dan potensi penggantian secara berkala (Wardhana, 2021a).
4. Kekhawatiran Aksesibilitas	Memastikan fasilitas baru dapat diakses oleh semua pengguna penyandang disabilitas (misalnya, akses kursi roda, akomodasi visual/pendengaran) dapat menghadirkan tantangan (McPhee et al., 2023).
5. Penilaian Kebutuhan Pengguna	Menentukan kebutuhan dan preferensi spesifik pengguna secara akurat dapat menjadi tantangan, yang berpotensi menyebabkan pembelian fasilitas yang kurang dimanfaatkan atau tidak sesuai (Fauziana et al., 2022).
6. Pengendalian Kebisingan	Menjaga lingkungan yang tenang bagi mereka yang mencari istirahat bisa jadi sulit, khususnya di perpustakaan terbuka dengan lalu lintas padat (Seeman, 2018).
7. Keamanan dan Keselamatan	Memastikan keselamatan dan keamanan pengguna di tempat istirahat yang ditentukan, terutama pada larut malam, dapat menjadi suatu perhatian (Piotrowska et al., 2020).

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

8. Pelatihan Staf	Pelatihan staf perpustakaan tentang cara mempromosikan dan mengelola fasilitas istirahat baru secara efektif mungkin memerlukan sumber daya dan waktu tambahan (Ramadhani et al., 2020).
9. Potensi Penyalahgunaan	Terdapat risiko bahwa fasilitas istirahat dapat disalahgunakan atau disalahgunakan, sehingga berdampak pada tujuan penggunaan dan berpotensi mengganggu pengguna perpustakaan lainnya (Fistiyanti et al., 2022).
10. Perubahan Kebutuhan Pengguna	Kebutuhan dan preferensi pengguna perpustakaan terus berkembang, sehingga mengharuskan perpustakaan beradaptasi dan berpotensi meningkatkan atau mengganti fasilitas istirahat seiring berjalannya waktu (Wardhana & Ratnasari, 2022b)

Sumber: Data dianalisis oleh penulis (2025)

Kesimpulan

Berdasarkan hasil diatas, dapat disimpulkan bahwa perpustakaan memerlukan fasilitas, utilitas, serta program yang mendukung untuk relaksasi mahasiswa. Mahasiswa yang lelah akan mengganggu kesehatan mereka. Hal ini memerlukan peran pustakawan untuk memanajemen pengadaan fasilitas, peralatan, serta kegiatan untuk mendukung istirahat para mahasiswa pada gedung perpustakaan. Namun, integrasi fasilitas baru ke dalam ruang perpustakaan yang ada dapat menjadi tantangan. Ketersediaan dana yang ada pada perpustakaan menghambat upaya pengadaan fasilitas tersebut. Selain itu, birokrasi universitas yang kompleks, terutama di Indonesia semakin mempersulit penerapan fasilitas ini. Studi ini terbatas pada lingkup pengadaan fasilitas, alat, serta acara yang dapat meredakan kelelahan mahsiswa secara fisik dan mental lewat gedung perpustakaan. Penelitian selanjutnya perlu untuk mengobservasi peralatan yang sesuai, terutama terapi yang dibutuhkan oleh mahasiswa yang dapat disediakan oleh pihak pustakawan.

Daftar Pustaka

Crane, G. (2023). The Perseus Digital Library and the future of libraries. *International Journal on Digital Libraries*, *24*(2), 117–128.

Fahmi, A. (2022). Manajemen Perpustakaan Modern Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Visionary: Penelitian Dan Pengembangan Dibidang Administrasi Pendidikan*, *10*(1), 52–56.

Fatima, H., Zhao, S., Yue, A., Li, S., & Shi, Y. (2022). Parental Discipline and Early Childhood Development in Rural China. *Sustainability*, *14*(4), 1988. https://doi.org/10.3390/su14041988

Fatmawati, E. (2018). Disruptif diri pustakawan dalam menghadapi era revolusi industri 4.0. *IQRA: Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi (e-Journal)*, *12*(1), 1–13.

Fauziana, H., Wardhana, A. K., & Rusgianto, S. (2022). The Effect of Education, Income, Unemployment, and Poverty toward the Gini Ratio in Member of OIC Countries. *Daengku: Journal of Humanities and Social Sciences Innovation*, *2*(2), 181–191.

Fistiyanti, I., Rianty, R. J., & Hudiana, A. A. (2022). Kepustakaan Islam Abad Pertengahan (Hubungan dan Jaringan Antar Kepustakaan Islam dalam Konteks Daulah-daulah Islam). *JPUA: Jurnal Perpustakaan Universitas Airlangga: Media Informasi & Komunikasi Kepustakawanan*, *12*(2).

Ghifara, A. S., Iman, A. N., Wardhana, A. K., Rusgianto, S., & Ratnasari, R. T. (2022).

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

The Effect of Economic Growth, Government Spending, and Human Development Index toward Inequality of Income Distribution in the Metropolitan Cities in Indonesia. *Daengku: Journal of Humanities and Social Sciences Innovation*, *2*(4), 529–536.

Iman, A. N., Wardhana, A. K., Rusgianto, S., & Ratnasari, R. T. (2022). Venture vs Investment, Which Type of Financing was more Demanded by Agriculture, Forestry, and Aquaculture Sector? *Daengku: Journal of Humanities and Social Sciences Innovation*, *2*(5), 587–595.

Irawati, S. N., & Haidar, M. (2023). Implementation of Merdeka Belajar Curriculum at the Early Childhood Level in Insan Cemerlang Kindergarten Magetan. *KOLOKIUM Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, *11*(2), 263–273.

Jepson, R. E. (2020). Genetics of hypertension: The human and veterinary perspectives. In *Hypertension in the Dog and Cat*. Springer International Publishing. https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85085437299&doi=10.1007%2F978-3-030-33020-0_6&partnerID=40&md5=42e2d10db0b54b753934b8e3a76418c0

Juliansyah, A. F., Putri, A. E., Suryadana, M. L., Endyana, C., & Wardhana, A. K. (2021). Global Muslim Response to Bandung Halal Tourism Branding. *International Journal of Applied Sciences in Tourism and Events*, *5*(2), 197–206. https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.31940/ijaste.v5i2.197-206

Kesuma, A. R., Rahmawati, D. I., & Putri, M. C. (2022). Peran Green Library dan Perpustakaan Islam dalam Pengembangan Ilmu Pengetahuan. *Jurnal El-Pustaka*, *3*(1), 14–24.

Kliushnyk, I. A., Kolesnykova, T. O., & Shapoval, O. S. (2019). *Unified Digital Infrastructure of the Modern Scientific Library on the Basis of Web Technologies*. *1*(79), 64–80. https://doi.org/https://doi.org/10.15802/stp2019/160434

Koseoglu, A., Yucel, A. G., & Ulucak, R. (2022). Green innovation and ecological footprint relationship for a sustainable development: Evidence from top 20 green innovator countries. *Sustainable Development*, *30*(5), 976–988.

Loestefani, V., Poan, R., Suwitorahardjo, B., & Wardhana, A. K. (2022). Service Quality and Product Quality as An Influence on Customer Loyalty at Naturalis Koffie. *FIRM Journal of Management Studies*, *7*(2), 211–236.

Mafruchati, M., Ismail, W. I. W., Wardhana, A. K., & Fauzy, M. Q. (2023). Bibliometric analysis of veterinary medicine on embryo of animals in textbook in conceptualizing disease and health. *Heliyon*.

Mafruchati, M., Musta'ina, S., & Wardhana, A. K. (2024). Research trends of Moringa oleifera Lam as Remedy toward Cattle's embryo according to the frequently used words in content of papers and citations. *Heliyon*, *10*(11).

Mafruchati, M., Othman, N. H., & Wardhana, A. K. (2023). Analysis of the Impact of Heat Stress on Embryo Development of Broiler: A Literature Review. *Pharmacognosy Journal*, *15*(5).

Mafruchati, M., Wardhana, A. K., & Ismail, W. I. W. (2022). Disease and viruses as negative factor prohibiting the growth of broiler chicken embryo as research topic trend: a bibliometric review. *F1000Research*, *11*(1124), 1124.

McPhee, P. G., Pozniak, K., Khetani, M. A., Campbell, W., Dix, L., & Phoenix, M. (2023). Establishing and sustaining authentic organizational partnerships in childhood disability research: lessons learned. *Research Involvement and Engagement*, *9*(1), 55.

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Mendo, A. Y., Singh, S. K., Yantu, I., Hinelo, R., Bokingo, A. H., Dungga, E. F., Juanna, A., Wardhana, A. K., Niroula, B., & Win, T. (2023). Entrepreneurial leadership and global management of COVID-19: A bibliometric study. *F1000Research*, *12*(31), 31.

Muhaimin, H., Herachwati, N., Hadi, C., Wihara, D. S., & Wardhana, A. K. (2023). Entrepreneurship Leadership: Fostering An Entrepreneurial Spirit In Students During Pandemic Covid-19 (Case Study In Tebuireng Boarding School East Java). *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, *33*, 5597–5610.

Nashihuddin, W., & Trianggoro, C. (2017). Research Collaboration Sebagai Upaya Pustakawan Menjadi Produsen Pengetahuan. *Prosiding Konferensi Perpustakaan Digital Indonesia, Medan, Medan, 6–9 November 2018*, 1–8.

NURSAFILA, N. (2020). *Strategi pelayanan perpustakaan untuk memenuhi kebutuhan informasi siswa pada masa pandemi covid-i di sma negeri 1 mataram*. Universitas_Muhammadiyah_Mataram.

Ohe, Y., Ikei, H., Song, C., & Miyazaki, Y. (2017). Evaluating the relaxation effects of emerging forest-therapy tourism: A multidisciplinary approach. *Tourism Management*, *62*, 322–334.

Piotrowska, P. J., Whitten, T., Tzoumakis, S., Laurens, K. R., Katz, I., Carr, V. J., Harris, F., & Green, M. J. (2020). Transitions between socio-emotional and cognitive vulnerability profiles from early to middle childhood: a population study using multi-agency administrative records. *European Child and Adolescent Psychiatry*, *29*(12), 1659–1670. https://doi.org/10.1007/S00787-020-01475-X

Prasetyo, A. A. (2019). Dampak Era Digital Terhadap Perpustakaan Sebagai Upaya Menarik Generasi Milenial. *Tibanndaru: Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, *3*(2), 1–7.

Pratama, P. (2018). Revolusi Industri 4.0: Peluang Pengembangan Perpustakaan Berbasis Teknologi Informasi. *Media Pustakawan*, *25*(3), 32–38.

Pratiwi, A. C., Wardhana, A. K., & Rusgianto, S. (2022). Application of Vector Error Correction Model on Macroeconomic Variables toward Changes in the Composite Stock Price Index. *Daengku: Journal of Humanities and Social Sciences Innovation*, *2*(2), 219–229.

Purnama, A., Badaruddin, K., & Febriyanti, F. (2020). Fungsi Actuating Dalam Layanan Perpustakaan di SMA Islam Terpadu Kota Palembang. *Studia Manageria*, *2*(2), 111–128.

Qosim, N., Ratnasari, R. T., Wardhana, A. K., Fauziana, H., & Barkah, T. T. (2023). Eight Years of Research Related to the Green Sukuk in the Global Stock Exchange Market to Support the Implementation of SDG: A Bibliometric Review. *Journal of Islamic Economic and Business Research*, *3*(2), 161–180.

Ramadhani, N., Armizawati, A., Yuliani, T., & Lani, O. P. (2020). Peran Profesional Pustakawan Dalam Pengelolaan Perpustakaan Masa Pandemi Corona Virus-19. *Alfuad: Jurnal Sosial Keagamaan*, *4*(2), 1–14.

Ryandono, M. N. H., Mawardi, I., Rani, L. N., Widiastuti, T., Ratnasari, R. T., & Wardhana, A. K. (2022). Trends of research topics related to Halal meat as a commodity between Scopus and Web of Science: A systematic review. *F1000Research*, *11*(1562), 1562.

Seeman, C. (2018). *When is a Library No Longer a Library? The Future of All-Digital Academic Libraries. Passing from 'traditional' to modern.* https://doi.org/https://hdl.handle.net/2027.42/142405

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

p-ISSN xxxx-xxxx:
e-ISSN: xxxx-xxxx

Suryanto, S., Handayani, N. S., & Riani, N. (2020). Mengadopsi Layanan McDonald's Sebagai Alternatif Layanan Perpustakaan Di Masa Pandemi Covid-19. *Pustabiblia: Journal of Library and Information Science*, *4*(2), 225–244.

Utomo, T. P. (2019). Membangun Profesionalisme Sebagai Strategi Pustakawan Menghadapi Era Society 5.0. *Buletin Perpustakaan*, 1–12.

Wardhana, A. K. (2021a). The Application of Waqf and Endowment Fund Based on the Principles in the Sharia Maqashid Pillar Society. *Prosperity: Journal of Society and Empowerment*, *1*(2), 107–119. https://doi.org/10.21580/prosperity.2021.1.2.8829

Wardhana, A. K. (2021b). The Impact Of The Pro And Cons Policies In Jokowi Era's On The Macro Economy Of Society. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Airlangga*, *31*(2), 124–136. https://doi.org/https://doi.org/10.20473/jeba.V31I22021.124-136

Wardhana, A. K. (2023). Applying Islamic Leadership In Working Environment: A Bibliometric Study. *Journal Human Resources 24/7: Business Management*, *1*(1), 25–32.

Wardhana, A. K., & Ratnasari, R. T. (2022a). Analisis sitasi publikasi tentang repositori bidang studi perpustakaan pada Web of Science selama pandemi. *Daluang: Journal of Library and Information Science*, *2*(1), 53–61.

Wardhana, A. K., & Ratnasari, R. T. (2022b). Impact of Agricultural Land and the Output of Agricultural Products Moderated with Internet Users toward the Total export of Agricultural Product in Three Islamic South East Asian Countries. *Iqtishodia: Jurnal Ekonomi Syariah*, *7*(2), 11–20.

Wardhana, A. K., Ratnasari, R. T., & Fauziana, H. (n.d.). *Islamic Investment In Indonesia Before And During Pandemic Of Covid-19: A Bibliometric Study Investasi Syariah Di Indonesia Sebelum Dan Selama Pandemi Covid-19: Studi Bibliometrik*.

Wardhana, A. K., Rusgianto, S., & Fauziana, H. (n.d.). *Effect of Timber, Palm Oil, and Gold Output on GNI in Indonesia in the Maqashid Framework.*

Wijayanti, I. (n.d.). Analisis Penerapan Qawaid Fiqiyyah Terhadap Kebijakan Belanja Pegawai Pemerintah Dalam Pelaksanaan APBN Di Indonesia. *BOOK-5: EKONOMI ISLAM*, 941.

Yelli, F. (2019). *Menuju Perpustakaan Modern: Tantangan Kompetensi Profesional Pustakawan Universitas Negeri Padang*.

Zaini, M. F., & Syafaruddin. (2020). The Leadership Behavior of Madrasah Principals in Improving the Quality of Education in MAN 3 Medan. *Jurnal Iqra': Kajian Ilmu Pendidikan*, *5*(2), 95–106.

Zaman, U., Barnes, S. J., Abbasi, S., Anjam, M., Aktan, M., & Khwaja, M. G. (2022). The bridge at the end of the world: linking Expat's pandemic fatigue, travel FOMO, destination crisis marketing, and vaxication for "greatest of all trips." *Sustainability*, *14*(4), 2312.

Zulaikha, S., Hendratmi, A., Sridadi, A. R., Basit, A., Iman, A. N., Wardhana, A. K., Ghifara, A. S., Pratiwi, A. C., Febriyanti, A. R., & Nugroho, A. D. (n.d.). *Filsafat Ekonomi Islam Menjawab Tantangan Peradaban*. Zifatama Jawara.

DOI:
© 2024 The Author(s). Published by (Institution). This is an open access article under the CC BY license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)