

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa adalah peserta didik di jenjang pendidikan tinggi, berasal dari gabungan kata *maha* (tinggi, mulia) dan *siswa* (pelajar), yang menunjukkan status istimewa di atas siswa biasa. Istilah ini digunakan untuk merujuk pada individu yang menempuh pendidikan di universitas, institut, sekolah tinggi, atau akademi sesuai bidang disiplin ilmu tertentu (Launa *et al.*, 2022). Menurut data PDDikti Kemdikbud, rata-rata mahasiswa berada pada usia 19–23 tahun. Usia ini, menurut Santrock (2015), termasuk dalam fase remaja akhir, yaitu rentang usia 18–24 tahun. Pada fase ini, mahasiswa berada pada masa perkembangan yang penting, baik secara kognitif, sosial, maupun emosional. Namun, kestabilan emosi mereka biasanya belum sepenuhnya matang.

Mahasiswa memiliki tugas utama untuk mengikuti seluruh kegiatan akademik di perguruan tinggi dan menyelesaikan studinya tepat waktu. Pada tahap ini, mahasiswa berada pada tingkat kedewasaan yang lebih tinggi dibandingkan siswa SMA, sehingga dituntut untuk menata kehidupan serta memusatkan konsentrasi belajar demi meraih peluang kesuksesan di masa depan (Homaedi *et al.*, 2022). Konsentrasi belajar merupakan kemampuan individu dalam mengarahkan dan mengendalikan kemauan, pikiran, serta perasaan untuk memfokuskan perhatian pada suatu hal, khususnya selama proses pembelajaran berlangsung (Kuscahyanto *et al.*, 2023).

Salah satu faktor yang berperan dalam menentukan hasil belajar peserta didik adalah tingkat konsentrasinya, karena konsentrasi menjadi aspek krusial yang dapat memengaruhi capaian belajar siswa (Fatchuroji *et al.*, 2023). Menurut teori dasar belajar dari Skinner (2014), belajar dipandang sebagai suatu proses di mana perilaku individu mengalami perubahan akibat interaksi antara stimulus dan respons. Dalam kerangka teori behaviorisme yang ia kembangkan, pembelajaran berlangsung ketika respons yang diharapkan muncul dan diperkuat melalui pemberian penguatan (*reinforcement*). Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar, baik dari dalam diri (seperti kondisi fisik, psikis, dan emosi) maupun dari luar (seperti lingkungan dan hubungan sosial) (Isnawati, 2020).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa salah satu hubungan sosial yaitu menjalin hubungan asmara (pacaran) dapat memberikan dampak negatif terhadap konsentrasi belajar dan prestasi akademik mahasiswa. Penelitian di Universitas Pendidikan Indonesia menemukan bahwa konflik emosional dalam hubungan asmara sering mengganggu fokus belajar mahasiswa (Aldiansyah *et al.*, 2024). Temuan serupa juga didukung oleh data kuantitatif yang menunjukkan adanya penurunan signifikan persentase siswa berprestasi tinggi, yaitu dari 37% menjadi hanya 14,8% pada mereka yang sedang menjalin hubungan pacaran (Lin *et al.*, 2024).

Menurut Nugroho (2007), konsentrasi belajar adalah kemampuan memusatkan pikiran yang memerlukan ketenangan dan kenyamanan, tanpa adanya rasa khawatir maupun gangguan lainnya. Menurut Nugroho (2007),

aspek pembentuk konsentrasi belajar mencakup pemusatan pikiran, motivasi, kesiapan belajar, kemampuan mengendalikan perasaan khawatir, tertekan, gangguan pikiran, dan kepanikan. Salah satu faktor sosial yang cukup sering memengaruhi konsentrasi adalah hubungan pacaran. Isnawati (2020) menyebutkan bahwa ketertarikan pada suatu hal dapat membuat prioritas belajar bergeser. Dalam konteks mahasiswa yang berpacaran, fokus mereka sering kali lebih banyak tertuju pada hubungan tersebut.

Menurut Sternberg (1986), pacaran adalah hubungan dekat antara dua orang yang bukan saudara, yang dilandasi cinta dengan unsur keintiman, nafsu, dan komitmen. Berdasarkan Teori Cinta Sternberg, ketertarikan dalam pacaran dipengaruhi oleh dua aspek utama, yaitu *intimacy*, berupa kedekatan emosional yang ditandai rasa percaya dan saling menerima, serta *passion*, yang dipicu oleh ketertarikan fisik dan dorongan biologis atau seksual sebagai motivasi pembentukan hubungan romantis (Dariyo, 2014).

Penelitian dari Nunut *et al.* (2023) menunjukkan bahwa hubungan antara perilaku pacaran dan prokrastinasi akademik bersifat negatif, yang berarti semakin tidak sehat perilaku pacaran siswa, semakin tinggi kecenderungan mereka menunda tugas akademik karena sulit mengatur waktu antara hubungan dan belajar. Selain itu, konflik yang muncul dalam pacaran dapat memicu emosi yang tidak stabil (Evedi, 2018) dan menurunkan motivasi belajar (Afriansyah *et al.*, 2018; Wijaya, 2021). Jika motivasi turun dan emosi tidak stabil, konsentrasi belajar pun ikut terganggu. Astriani (2021)

juga menemukan bahwa kekerasan dalam pacaran dapat menimbulkan tekanan psikologis, kecemasan, hingga gangguan aktivitas harian.

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti melakukan wawancara awal kepada lima mahasiswa (A,B,C,D,E) yang berpacaran dan sedang berkuliah di berbagai Universitas di Yogyakarta. Wawancara dilakukan pada 7 Juni hingga 12 Juni 2022. Hasil wawancara menunjukkan mahasiswa A mengaku bahwa pacaran cukup mengganggu konsentrasinya dalam perkuliahan. Ia menceritakan bahwa sering kali tugas kuliah dikerjakan sembari membalas pesan dari pasangannya membuat tidak maksimal. Mahasiswa A mengatakan *“Kalau lagi ada masalah sama pacar, rasanya males banget ngerjain tugas karena pikiran susah untuk fokus”*. Meskipun begitu, ia tidak memungkiri bahwa kadang pasangan memberi dukungan saat menjelang ujian.

Mahasiswa B memberikan penjelasan yang berbeda dengan mahasiswa A. Menurut mahasiswa B, pacaran tidak terlalu memengaruhi prestasi akademiknya. Ia merasa mampu membagi waktu antara kuliah dan menjalin hubungan dengan pasangannya. Namun, ia mengakui bahwa hubungannya sempat menimbulkan rasa cemas saat pasangannya sakit menjelang ujian. Hampir serupa dengan mahasiswa C yang menyatakan bahwa hubungan pacaran justru menjadi motivasi untuk belajar. Pasangannya sering mengingatkan jadwal kuliah, membantu mempersiapkan presentasi, dan memberikan semangat saat ia lelah. Namun, ia juga merasakan efek negatif seperti kesulitan membagi waktu saat jadwal pertemuan dengan pasangan berbenturan dengan kegiatan organisasi di kampus.

Mahasiswa D juga merasa pasangan adalah sumber dukungan emosional, namun juga mengakui bahwa pertengkaran kecil dapat menurunkan motivasinya. Berbeda dengan mahasiswa E yang justru lebih banyak merasakan dampak negatif. Ia mengaku sering kehilangan konsentrasi saat mengerjakan skripsi karena terlibat percakapan panjang dengan pasangan lewat telepon. Selain itu, jika hubungan sedang tidak harmonis ia cenderung menunda tugas kuliah, sehingga fokus dan konsentrasi belajar akademiknya terganggu.

Melihat fenomena tersebut, ada dugaan bahwa hubungan pacaran memang berpengaruh terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Namun, penelitian yang membahas pengaruh ini secara spesifik di Yogyakarta masih terbatas. Xu, *et al.* (2023), menyatakan bahwa konsentrasi belajar juga dipengaruhi oleh faktor sosial, seperti interaksi dengan teman sebaya atau lingkungan sosial lainnya. Padahal seharusnya mahasiswa adalah generasi penerus bangsa yang mampu memanfaatkan masa kuliahnya untuk meraih prestasi akademik. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar mahasiswa di Yogyakarta.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin dicapai oleh peneliti dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menguji secara empiris pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa di Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi keilmuan dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada khususnya dalam ranah psikologi sosial dan psikologi pendidikan, mengenai pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa di Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis

a) Manfaat untuk subjek

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa dan pembaca terkait pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa di Yogyakarta.

b) Manfaat untuk penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan untuk pengembangan penelitian-penelitian selanjutnya mengenai pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa di Yogyakarta.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini merujuk pada beberapa penelitian terdahulu dengan karakteristik yang relatif dalam satu lingkup tema meskipun memiliki perbedaan dalam variabel, karakteristik subjek, jumlah subjek, lokasi penelitian, serta metode penelitian yang digunakan. Penelitian terkait dengan pacaran dan konsentrasi belajar dalam psikologi sudah banyak dikaji, sebagian dari penelitian terdahulu menjadi dasar penelitian skripsi ini yang berjudul

“Pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa di Yogyakarta”.

1. Keaslian Topik dan Tema

Penelitian terdahulu yang memiliki karakteristik yang relatif sama yaitu penelitian yang berjudul “Pengaruh aktivitas pacaran terhadap motivasi belajar pada siswa kelas XI SMK Pemuda Pagar” (Afriansyah, 2018), hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pacaran terhadap motivasi belajar siswa. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada variabel penelitian di mana pada penelitian tersebut menggunakan variabel aktivitas pacaran dan motivasi belajar sementara penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan variabel yang berbeda yaitu pacaran dan konsentrasi belajar.

2. Keaslian Teori dan Alat Ukur

Penelitian selanjutnya yaitu “Pengaruh pacaran terhadap konsentrasi mahasiswa dalam perspektif islam dan ilmu psikologi.” (Wijaya *et al.*, 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pacaran memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan alat ukur yang digunakan yaitu wawancara dengan 3 subjek mahasiswa. Sementara peneliti menggunakan Skala Konsentrasi belajar dengan mengacu pada aspek-aspek dari Nugroho (2007).

3. Keaslian Subjek

Penelitian yang relatif sama yaitu “Pengaruh status hubungan berpacaran terhadap perilaku pacaran berisiko pada mahasiswa perantau asal Papua di Kota Surabaya” (Ohee & Purnomo, 2018) yang memiliki kesamaan subjek yaitu mahasiswa dengan perbedaan rentang usia dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian sebelumnya menggunakan rentang usia 18-21 tahun sedangkan peneliti menggunakan rentang usia 19-23 tahun.

4. Keaslian Metode

Penelitian lain yaitu “Pengaruh pengaturan tempat duduk U Shape terhadap konsentrasi belajar siswa primary di Harvard English Course Sei Rampah” (Kaur, 2014). Penelitian ini menggunakan metode *eksperimental within subject dengan one group pretest-posttest design*. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan yaitu peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan metode analisis regresi linear sederhana.