

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kanchah dan Persiapan**

##### **1. Orientasi Kanchah**

Tujuan dari orientasi penelitian ini adalah untuk memastikan bahwa tempat penelitian relevan dengan karakteristik peserta penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa di Yogyakarta. Karakteristik subjek penelitian ini yakni mahasiswa yang sedang menjalin hubungan pacaran dan berkuliah di Yogyakarta, baik laki-laki maupun perempuan dengan rentang usia 19 tahun hingga 23 tahun. Data penelitian ini diambil dari para mahasiswa yang berkuliah di Yogyakarta sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan peneliti.

Jumlah mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) berjumlah sekitar 37.514 mahasiswa. Terdapat lima kabupaten yang terdapat di DIY, yaitu Sleman, Bantul, Kulonprogo, Gunungkidul dan Kota Yogyakarta. Jumlah mahasiswa aktif terbanyak berada di kabupaten kota Sleman dan Yogyakarta, hal ini dikarenakan distribusi kampus terbanyak berada di Sleman dengan jumlah 41 kampus, dan Kota Yogyakarta sebanyak 51 kampus.

##### **2. Persiapan Penelitian**

Persiapan penelitian dilakukan untuk memastikan kelancaran dan keterarahan proses pelaksanaan penelitian di lapangan. Dalam tahap ini,

peneliti mempersiapkan beberapa hal penting yang menunjang pelaksanaan penelitian, antara lain: menyiapkan rancangan penelitian dengan semaksimal mungkin seperti pedoman wawancara yang akan digunakan untuk asesmen, serta skala alat ukur yang sudah diuji validitas maupun reliabilitas untuk digunakan dalam pengambilan data. Persiapan ini dilakukan agar saat pengumpulan data berlangsung, peneliti dapat menjalankannya secara sistematis, efisien, dan sesuai dengan kaidah ilmiah.

a) Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi dalam penelitian ini mencakup beberapa tahapan penting sebelum pengumpulan data dilakukan. Tahap awal dimulai dengan pengajuan judul dan rancangan penelitian kepada pihak Universitas untuk mendapatkan persetujuan. Setelah disetujui, peneliti merancang proposal hingga akhir penulisan skripsi dengan bimbingan oleh dosen pembimbing.

Peneliti juga mempersiapkan administrasi khusus untuk pelaksanaan wawancara, seperti menyusun panduan wawancara (*interview guide*). Selain itu, peneliti melakukan persiapan administrasi untuk uji validitas isi (*content validity*) dengan meminta penilaian dari *rater* atau ahli (*expert judgement*) terkait instrumen yang digunakan. Proses ini melibatkan komunikasi dengan dosen ahli yaitu dengan mengirimkan instrumen dalam bentuk digital, serta merevisi berdasarkan masukan yang diberikan.

Setelah melalui ujian proposal, peneliti mengurus administrasi lain di luar proses penelitian, seperti permohonan bebas SPP sebagai salah satu syarat akhir sebelum pendaftaran sidang, pencetakan skripsi sesuai format yang berlaku, dan pembuatan PPT. Setelah semua berkas siap, peneliti melakukan pendaftaran sidang dengan menyerahkan naskah skripsi, formulir pendaftaran, dan dokumen pendukung lainnya.

Secara keseluruhan, proses persiapan administrasi berjalan lancar, walaupun sempat terkendala tidak dapat melanjutkan pengerjaan skripsi dalam beberapa waktu dikarenakan suatu hal pribadi oleh peneliti.

b) Persiapan Alat Ukur

Persiapan alat ukur dalam penelitian ini meliputi pembuatan skala alat ukur pada variabel konsentrasi belajar dan variabel pacaran untuk diuji secara validitas dan reliabilitas. Selanjutnya peneliti menyusun alat ukur yang sudah valid dan reliabel ke dalam format *google form* untuk memudahkan dalam pengambilan data. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan format skala dengan empat pilihan jawaban.

Setiap pernyataan dalam instrumen terdiri atas empat pilihan jawaban yang digunakan untuk mengukur respon dari responden terhadap pernyataan yang diajukan. Pernyataan terdiri dari dua jenis aitem, yaitu *favourable* dan *unfavourable*. Kunci skoring dalam aitem

*favourable* yaitu: "sangat sesuai" diberi skor 4, "sesuai" 3, "tidak sesuai" 2, dan "sangat tidak sesuai" 1. Untuk aitem yang bersifat *unfavourable*, skoring dilakukan dengan ketentuan: pilihan "sangat sesuai" diberi skor 1, "sesuai" 2, "tidak sesuai" 3, dan "sangat tidak sesuai" 4. Skor yang diperoleh mencerminkan tingkat kecenderungan responden terhadap variabel yang diukur.

c) Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Tujuan dari uji coba alat ukur ini adalah untuk menilai reliabilitas alat ukur yang akan digunakan dalam pengambilan data penelitian. Uji coba dilakukan pada tanggal 7 – 9 Juli 2025, dengan melibatkan 30 responden yang memiliki karakteristik sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Pada tahap ini, para responden diminta untuk mengisi kuesioner yang telah disiapkan oleh peneliti sebagai bentuk implementasi awal alat ukur.

Instrumen yang diuji coba terdiri atas 40 aitem untuk skala konsentrasi belajar dan 32 aitem untuk skala pacaran. Setelah data dari uji coba terkumpul, peneliti menganalisis respon dari responden untuk menilai kualitas alat ukur. Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25. Tahapan analisis reliabilitas bertujuan untuk menilai konsistensi internal dari setiap skala. Hasil dari uji reliabilitas menjadi dasar dalam menentukan aitem-aitem yang layak digunakan dalam penelitian utama.

d) Analisis Data Uji validitas dan Uji Reliabilitas

Analisis data merupakan tahap di mana peneliti mengolah dan menelaah data yang telah diperoleh dari proses pengumpulan sebelumnya. Pada tahap ini, peneliti melakukan pengujian terhadap validitas dan reliabilitas kedua alat ukur yang digunakan. Hasil analisis tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan kualitas dan kelayakan instrumen dalam mengukur variabel penelitian. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, diperoleh temuan sebagai berikut:

1) Skala Konsentrasi Belajar

Uji validitas pada skala konsentrasi belajar yang digunakan pada penelitian ini adalah uji validitas berdasarkan Aiken's V. Nilai koefisien Aiken's V berkisar antara 0 – 1. Jika nilai koefisien Aiken's V di atas 0.5 maka berarti aitem tersebut dikategorisasikan valid. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 40 aitem pernyataan, tidak terdapat aitem yang gugur.

Sedangkan uji reliabilitas pada penelitian ini dianalisis berdasarkan nilai Cronbach Alpha menggunakan *software* SPSS versi 20. Berdasarkan hasil analisis Cronbach Alpha, terdapat Pengguguran aitem pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel pengguguran aitem (Lihat Tabel 4.1).

**Tabel 4. 1** Reliabilitas Aitem Konsentrasi Belajar

Putaran	Jumlah Aitem	Alpha ( $\alpha$ )	Nomor Aitem Gugur
1	40	0,854	4,12,14,20,27,36,39
2	33	0,879	1,2,6,18,26
3	28	0,881	37
4	27	0,881	17
5	26	0,881	3
6	25	0,881	13
7	24	0,881	Stop

Berdasarkan aitem yang sudah gugur, berikut *blue print* skala konsentrasi belajar setelah uji coba (Lihat Tabel 4.2).

**Tabel 4. 2** *Blue Print* Konsentrasi Belajar Setelah Uji Coba

No.	Aspek	No. Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Pemusatan pikiran	9,5,22	19,10	5
2	Motivasi	11,15	29,32	4
3	Perasaan Khawatir	23,33	30	3
4	Perasaan Tertekan	7,31	21	3
5	Gangguan Pemikiran	25,35	16,34	4
6	Gangguan Kepanikan	24	40	2
7	Kesiapan Belajar	28,38	8	3
Total		14	10	24

Selanjutnya dilakukan *renumerisasi blue print* skala konsentrasi belajar setelah uji coba (Lihat Tabel 4.3).

**Tabel 4. 3** *Renumerisasi Blue Print* Konsentrasi Belajar

No.	Aspek	No. Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Pemusatan pikiran	4,1,11	9,5	5
2	Motivasi	6,7	16,19	4
3	Perasaan Khawatir	12,20	17	3
4	Perasaan Tertekan	2,18	10	3
5	Gangguan Pemikiran	14,22	8,21	4
6	Gangguan Kepanikan	13	24	2
7	Kesiapan Belajar	15,23	3	3
Total		14	10	24

## 2) Skala Pacaran

Uji validitas pada skala pacaran yang digunakan pada penelitian ini adalah uji validitas berdasarkan Aiken's V. Nilai koefisien Aiken's V berkisar antara 0 – 1. Jika nilai koefisien Aiken's V di atas 0.5 maka berarti aitem tersebut dikategorisasikan valid. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 34 aitem pernyataan, terdapat dua aitem yang gugur yaitu aitem nomor 13 dan 15.

Sedangkan uji reliabilitas pada penelitian ini dianalisis berdasarkan nilai Cronbach Alpha menggunakan *software* SPSS versi 20. Berdasarkan hasil analisis Cronbach Alpha, terdapat pengguguran aitem pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel pengguguran aitem (Lihat Tabel 4.4).

**Tabel 4. 4** Pengguguran Aitem Pacaran

Putaran	Jumlah Aitem	Alpha ( $\alpha$ )	Nomor Aitem Gugur
1	32	0,863	3,4,8,10,18,28,29
2	25	0,885	9
3	24	0,886	Stop

Berdasarkan aitem yang sudah gugur, berikut *blue print* skala konsentrasi belajar setelah uji coba (Lihat Tabel 4.5).

**Tabel 4. 5** *Blue Print* Skala Pacaran Setelah Uji Coba

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		F	UF	
1	<i>Intimacy</i>	1,6,17,2,7,12	27,22	8
2	<i>Passion</i>	11,14,16	32,20,34,21,33	8
3	<i>Commitment</i>	5,19,23,25	24,30,26,31	8
Total		13	11	24

Selanjutnya dilakukan *renumerisasi blue print* skala pacaran setelah uji coba (Lihat Tabel 4.6).

**Tabel 4. 6** *Renumerisasi Blue Print* Skala Pacaran

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		F	UF	
1	<i>Intimacy</i>	1,4,10,2,5,7	19,14	8
2	<i>Passion</i>	6,8,9	22,12,24,13,23	8
3	<i>Commitment</i>	3,11,15,17	16,20,18,21	8
Total		13	11	24

## B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti melaksanakan pengambilan data pada mahasiswa-mahasiswa yang berasal dari beberapa Universitas di Yogyakarta dengan menyesuaikan kriteria yang sudah ditentukan sebelumnya. Pengambilan data berjalan selama lima hari mulai sejak tanggal 11 Juli 2025 hingga 15 Juli 2025. Pengambilan data menggunakan cara individual, yaitu dengan memberikan skala kepada masing-masing mahasiswa secara individual dan tidak klasikal (bersama-sama).

Terdapat beberapa mahasiswa yang tidak bersedia mengisi skala dikarenakan satu dan lain hal yang tidak dapat disampaikan. Selain itu, beberapa mahasiswa batal mengisi skala dikarenakan ada satu maupun beberapa kriteria yang tidak sesuai dengan mahasiswa tersebut. Sebagian besar mahasiswa bersedia dan sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan peneliti dalam mengisi skala yang diberikan. Berdasarkan seluruh mahasiswa yang ditemui oleh peneliti sebagian besar berjenis kelamin perempuan.

Skala penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu menggunakan skala konsentrasi belajar dengan jumlah aitem sebanyak 24 aitem dan skala pacaran

sebanyak 24 aitem dengan penyusunan aitem *favourable* dan *unfavourable* secara acak. *Link Google Form* yang disebarakan kepada responden memuat kuesioner penelitian beserta penjelasan singkat mengenai tujuan dan isi kuesioner tersebut. Pada setiap bagian skala, disertakan pula petunjuk pengisian yang jelas guna meminimalkan kesalahan dalam pengisian oleh responden.

Formulir mencakup beberapa bagian, yaitu informasi umum mengenai penelitian, pernyataan kesediaan partisipasi dari responden, skala konsentrasi belajar, dan skala hubungan pacaran. Selama proses pengisian berlangsung, peneliti secara aktif memantau respons yang masuk untuk memastikan data terkumpul sesuai dengan target. Melalui proses ini, peneliti berhasil memperoleh data dari sebanyak 90 responden yang merupakan mahasiswa aktif di wilayah Yogyakarta.

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Responden Penelitian

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara daring menggunakan platform *google form*, peneliti berhasil memperoleh sebanyak 90 responden yang telah mengisi kuesioner secara lengkap. Data ini kemudian digunakan sebagai dasar dalam analisis penelitian. Adapun gambaran umum mengenai karakteristik responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini disajikan dalam tabel (Lihat Tabel 4.7).

**Tabel 4. 7** Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	Satuan	Jumlah	Persentase (%)	Total
Usia	19	7	7,78	90 (100%)
	20	22	24,44	
	21	26	28,89	
	22	21	23,33	
	23	14	15,56	
Jenis Kelamin	Laki-laki	34	37,78	
	Perempuan	56	62,22	

Berdasarkan data responden penelitian di atas, terdapat responden dengan usia 19 tahun sebanyak 7 orang, yaitu 7,78%. Responden dengan usia 20 tahun sebanyak 22 orang, yaitu 24,44%. Responden dengan usia 21 tahun sebanyak 26 orang, yaitu 28,89%. Responden dengan usia 22 tahun sebanyak 21 orang, yaitu 23,33%. Yang terakhir, responden dengan usia 23 tahun sebanyak 14 orang, yaitu 15,56%. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin, terdapat sebanyak 34 orang responden dengan jenis kelamin laki-laki, yaitu 37,78%, sedangkan responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 56 orang, yaitu 62,22%.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian bertujuan untuk menyajikan gambaran umum mengenai data yang telah dikumpulkan oleh peneliti. Proses ini dilakukan untuk memberikan pemahaman awal terhadap karakteristik data, seperti distribusi, kecenderungan umum, serta pola-pola tertentu yang mungkin muncul. Terdapat skor hipotetik yang menunjukkan data diperoleh berdasarkan dari skala dan skor empirik yang menunjukkan data yang diperoleh dari hasil penelitian. Dengan demikian, analisis deskriptif ini mempermudah peneliti dalam melakukan interpretasi data secara lebih

tepat dan mendalam pada tahap selanjutnya dalam proses penelitian (Lihat Tabel 4.8).

**Tabel 4. 8** Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
Konsentrasi Belajar	24	96	60	12	48	96	72	8
Pacaran	24	96	60	12	24	96	60	12

Keterangan:

Skor Hipotetik : Skor berdasarkan perhitungan teori atau asumsi.

Skor Empirik : Skor yang diperoleh dari data lapangan

Setelah diperoleh deskripsi data penelitian, maka dapat dikakukan kategorisasi skor variabel konsentrasi belajar dan pacaran berdasarkan pada nilai *mean* empirik dan standar deviasi empirik pada masing-masing variabel. Kategorisasi kedua variabel menggunakan skor empirik didasarkan pada asumsi bahwa data sampel penelitian terdistribusi normal, yang artinya data dapat mewakili populasinya. Terdapat norma kategorisasi yang dapat digunakan dalam penelitian ini (Febriansyah *et al.*, 2022) (Lihat Tabel 4.9).

**Tabel 4. 9** Norma Kategorisasi

Norma	Kategorisasi
$X < (Mean - 1.0 SD)$	Rendah
$(Mean - 1.0 SD) \leq X < (Mean + 1.0 SD)$	Sedang
$(Mean + 1.0 SD) \leq X$	Tinggi

Berdasarkan norma kategorisasi yang sudah ditentukan di atas, maka kategorisasi pada variabel konsentrasi belajar dapat disusun berdasarkan nilai empiriknya (Lihat Tabel 4.10).

**Tabel 4. 10** Kategorisasi Konsentrasi Belajar

Interval	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 64$	Rendah	10	11,11
$64 \leq X < 76$	Sedang	42	46,67
$76 \leq X$	Tinggi	38	42,22
Total		90	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan mahasiswa yang diteliti, sebanyak 10 mahasiswa (11,11%) memiliki konsentrasi belajar rendah, 42 mahasiswa (46,67%) memiliki konsentrasi belajar sedang, dan 38 mahasiswa (42,22%) memiliki konsentrasi belajar tinggi. Selanjutnya kategorisasi pada variabel pacaran juga disusun berdasarkan nilai empiriknya (Lihat Tabel 4.11).

**Tabel 4. 11** Kategorisasi Pacaran

Interval	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 48$	Rendah	24	26,67
$48 \leq X < 72$	Sedang	23	25,56
$72 \leq X$	Tinggi	43	47,78
Total		90	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan mahasiswa yang diteliti, sebanyak 24 mahasiswa (26,67%) memiliki intensitas pacaran rendah, 23 mahasiswa (25,56%) memiliki intensitas pacaran sedang, dan 43 mahasiswa (47,78%) memiliki intensitas pacaran tinggi.

## D. Analisis Data

### 1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum menjalankan analisis regresi linear sederhana. Adapun uji asumsi yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu uji asumsi normalitas dan uji asumsi linieritas.

#### a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini menggunakan teknik analisis Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan program komputer SPSS versi 20. Suatu data dapat dikatakan terdistribusi normal apabila memiliki taraf signifikansi ( $p$ )  $> 0.05$ , sedangkan data dikatakan terdistribusi tidak normal jika taraf signifikansi ( $p$ )  $< 0.05$  (Lihat Tabel 4.12).

**Tabel 4. 12 Uji Normalitas**

No	Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Sig (p)	Ket.
1	Konsentrasi Belajar	0,767	0,599	Normal
2	Pacaran	1,091	0,185	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, variabel konsentrasi belajar memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,767 dan taraf signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,599 ( $p > 0.05$ ). Variabel pacaran memiliki nilai Kolmogorov-Smirnov sebesar 1,091 dan taraf signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,185 ( $p > 0.05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua data variabel penelitian ini terdistribusi normal.

## b) Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk memastikan bahwa data variabel yang akan dikorelasikan dapat dihubungkan dengan garis lurus (linier). Uji linieritas dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS versi 20. Kriteria dalam uji linieritas adalah dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linear yang ideal jika  $sig.F\ linearity < 0.05$  dan  $sig.F\ Deviation\ from\ Linearity > 0.05$ . Apabila hanya salah satu kriteria yang terpenuhi, maka data masih dapat dikatakan linear. Jika kedua kriteria terpenuhi maka data dikatakan linear secara ideal (Lihat Tabel 4.13).

**Tabel 4. 13 Uji Linearitas**

Variabel	<i>Linearity</i>		<i>Deviation from Linearity</i>		Keterangan
	F	Sig (p)	F	Sig (p)	
Konsentrasi Belajar dengan Pacaran	41,176	0,000	0,809	0,754	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel konsentrasi belajar dengan pacaran menunjukkan nilai F pada *Linearity* sebesar 41,176 dan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai F pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,809 dan taraf signifikansi (p) sebesar 0,754 ( $p > 0,05$ ). Artinya kedua variabel memiliki korelasi yang linear ideal.

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris sejauh mana hubungan antara aktivitas pacaran dengan tingkat

konsentrasi belajar pada mahasiswa. Pengujian ini dilakukan melalui analisis regresi linear sederhana, yang memungkinkan peneliti untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel pacaran terhadap variabel konsentrasi belajar.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diuji secara statistik guna memperoleh bukti kuantitatif mengenai arah dan kekuatan hubungan antar variabel tersebut. Kriteria yang digunakan dalam uji analisis ini yaitu jika signifikansi ( $p$ ) < 0,01, maka dikatakan sangat signifikan. Jika signifikansi ( $p$ ) < 0,05, maka dikatakan signifikan. Jika signifikansi ( $p$ ) > 0,05, maka dikatakan tidak signifikan (Lihat Tabel 4.14).

**Tabel 4. 14** Uji Hipotesis *Coefficients*

Model	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	t	Sig.
	B	<i>Std. Error</i>	Beta		
<i>(Constant)</i>	92,477	2,817		32,833	0,000
Pacaran	-0.273	0.041	-0.583	-6,273	0,000

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis variabel pacaran terhadap konsentrasi belajar menunjukkan taraf signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,000 ( $p$  < 0,05). Nilai B pada analisis ini sebesar -0.273 dan nilai t pada analisis ini sebesar -6,273. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang sangat signifikan pada variabel pacaran terhadap konsentrasi belajar, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Besarnya pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar dapat dilihat pada nilai R square (Lihat Tabel 4.15).

**Tabel 4. 15** Uji Hipotesis *R Square*

Model	R	<i>R Square</i>
1	0,583	0,339

Berdasarkan hasil uji hipotesis, nilai koefisien determinasi (*R Square*) digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel pacaran dalam memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa. Pada output yang diperoleh, nilai *R Square* tercatat sebesar 0,339. Angka ini menunjukkan bahwa sebesar 33,9% variasi dalam konsentrasi belajar dapat dijelaskan oleh variabel pacaran. Sementara itu, sisanya sebesar 66,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti, yang tidak dijelaskan atau dianalisis lebih lanjut dalam penelitian ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pacaran memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap konsentrasi belajar, namun tidak sepenuhnya menjadi satu-satunya faktor penentu.

#### **E. Pembahasan**

Berdasarkan data demografis responden dalam penelitian ini, distribusi usia menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 20 hingga 22 tahun. Responden berusia 21 tahun merupakan kelompok terbanyak, yaitu sebanyak 26 orang (28,89%), disusul oleh usia 20 tahun sebanyak 22 orang (24,44%), usia 22 tahun sebanyak 21 orang (23,33%), usia 23 tahun sebanyak 14 orang (15,56%), dan usia 19 tahun sebanyak 7 orang (7,78%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia dewasa awal, yang umumnya merupakan tahap perkembangan dengan berbagai dinamika psikososial, termasuk pencarian identitas baik pribadi maupun menjalin hubungan dengan orang lain serta proses belajar akademis.

Sementara itu, berdasarkan jenis kelamin, jumlah responden perempuan lebih mendominasi dibandingkan laki-laki, yaitu sebanyak 56 orang (62,22%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 34 orang (37,78%). Berdasarkan hasil analisis data yang sudah dilakukan, pada pembahasan data deskriptif terdapat skor hipotetik dan skor empirik yang berbeda. Nilai *mean* hipotetik pada konsentrasi belajar dan pacaran yaitu 60. Sedangkan nilai *mean* empirik pada konsentrasi belajar yaitu 70 dan pacaran 60. Berdasarkan data tersebut, terlihat nilai *mean* empirik pada konsentrasi belajar lebih tinggi dibandingkan nilai *mean* hipotetiknya. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi belajar pada hasil penelitian lebih tinggi dibandingkan rata-rata populasi pada umumnya.

Selanjutnya, pada pembahasan kategorisasi, penelitian ini menggunakan kategorisasi berdasarkan *mean* empirik dengan asumsi data yang sudah teruji normalitasnya, artinya data sudah dapat mewakili populasinya. Terdapat sebanyak 10 mahasiswa (11,11%) memiliki konsentrasi belajar rendah, 42 mahasiswa (46,67%) memiliki konsentrasi belajar sedang, dan 38 mahasiswa (42,22%) memiliki konsentrasi belajar tinggi. Sedangkan pada variabel pacaran, terdapat sebanyak 24 mahasiswa (26,67%) memiliki intensitas pacaran rendah, 23 mahasiswa (25,56%) memiliki intensitas pacaran sedang, dan 43 mahasiswa (47,78%) memiliki intensitas pacaran tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa di Yogyakarta cenderung memiliki konsentrasi belajar dan intensitas pacaran yang tinggi.

Uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang sangat signifikan pada variabel pacaran terhadap konsentrasi belajar mahasiswa, artinya semakin tinggi intensitas berpacaran maka semakin buruk konsentrasi belajar pada mahasiswa. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Besarnya pengaruh pacaran terhadap konsentrasi belajar yaitu 33,9%. Dapat diartikan bahwa pacaran memiliki pengaruh negatif yang cukup besar terhadap konsentrasi belajar. Serupa dengan penelitian oleh (Li *et al.*, 2019) bahwa remaja yang berpacaran berdampak negatif pada prestasi akademiknya dibandingkan remaja yang belum pernah berpacaran.

Keterlibatan menjalin hubungan dengan pasangan dipandang sebelah mata (berdampak negatif) karena persaingan akademis yang semakin lama semakin ketat (Zhao, 2015). Terdapat keterlibatan gangguan emosional maupun kognitif pada seseorang yang berpacaran terhadap konsentrasi belajarnya, di mana gangguan tersebut masuk dalam kategori kuat (Khan *et al.*, 2025). Keterlibatan secara emosional dalam berpacaran mengurangi kemampuan mahasiswa untuk fokus dan konsentrasi terhadap tanggung jawab akademiknya, karena (Honghao *et al.*, 2021). Remaja yang sedang mengalami jatuh cinta akan menghadapi konflik kuat antara konsep diri mereka dengan identitasnya di sosial sekitarnya, sehingga akan memicu ketegangan yang pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap diri sendiri (Liu *et al.*, 2020).

Menjalin hubungan pacaran dapat mengesampingkan konsentrasi belajar pada mahasiswa, hal ini dikarenakan mereka lebih menghabiskan waktu

untuk berpacaran dibandingkan belajar dan mengerjakan tugas, sehingga akan mengganggu nilai mereka (Ryjova *et al.*, 2021). Kondisi tersebut berpotensi memberikan dampak negatif terhadap pencapaian akademik di masa yang akan datang serta dapat menimbulkan kekhawatiran terhadap prestasi yang akan dicapai (Tartakovsky, 2023). Sejalan dengan penelitian lainnya bahwa menjalin hubungan berpacaran memiliki banyak risiko dan berdampak negatif terhadap prestasi akademik seseorang (Tin, 2024).

Perasaan suka secara emosional yang dimiliki seseorang berpacaran dapat menjadi distraksi (pengganggu) dalam konsentrasi belajar akademik mahasiswa (Tabasum & Jabeen, 2024). Remaja yang terlibat dalam hubungan romantis cenderung memiliki kinerja akademis yang lebih rendah, selain itu mereka juga menunjukkan tingkat emosi negatif yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak menjalin hubungan berpacaran (Honghao *et al.*, 2021). Temuan penelitian tersebut didukung oleh peneliti lain yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keterlibatan hubungan romantis (berpacaran) dengan prestasi akademik seseorang (Kasagga & Nakijoba, 2020).

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh negatif yang sangat signifikan antara pacaran terhadap konsentrasi belajar mahasiswa selaras dengan teori-teori yang telah dikemukakan sebelumnya. Pacaran, sebagaimana dijelaskan oleh Sternberg dan DeGenova, melibatkan keintiman, komitmen, dan dorongan biologis yang dapat menyita waktu, emosi, serta energi individu. Dalam konteks mahasiswa yang sedang berada pada fase

remaja akhir, emosi yang belum stabil membuat mereka mudah terpengaruh oleh dinamika dalam hubungan pacaran, seperti pertengkaran, kecemasan, atau tekanan emosional. Hal ini sesuai dengan teori Nugroho (2007) bahwa konsentrasi belajar sangat bergantung pada kesiapan mental, ketenangan, dan minimnya gangguan. Ketika hubungan pacaran menimbulkan gangguan psikologis seperti rasa khawatir, tekanan, atau kepanikan (seperti dijelaskan dalam aspek-aspek konsentrasi belajar), maka proses pemusatan perhatian terhadap materi akademik akan terganggu, sehingga menurunkan efektivitas belajar.

Pada masa remaja akhir, emosi seseorang cenderung berubah-ubah dan kurang stabil (Santrock, 2015). Perubahan suasana hati ini membuat mahasiswa lebih mudah terpengaruh oleh berbagai rangsangan, terutama yang menimbulkan tekanan psikologis. Dalam hubungan pacaran, mahasiswa yang sedang mengalami perkembangan emosional dapat mengalami berbagai dinamika seperti pertengkaran, rasa cemburu, dan tuntutan emosional yang tinggi. Hal tersebut dapat menimbulkan rasa khawatir dan tekanan yang akhirnya mengganggu kesiapan serta konsentrasi dalam belajar (Maulidha & Salehudin, 2021; Siallagan, 2011).

Apabila hubungan pacaran dipenuhi dengan tekanan, konflik, atau tuntutan yang berlebihan, dampak yang timbul justru negatif, yaitu menurunnya motivasi belajar, meningkatnya kecemasan, dan terganggunya fokus pikiran. Penelitian dari Utami (2017) dan Wijaya *et al.* (2021) menunjukkan bahwa semakin sering dan intens mahasiswa berpacaran, maka

kecenderungan prestasi akademik dan konsentrasi belajarnya juga menurun. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang sedang dibahas.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka sangat penting bagi mahasiswa untuk dapat mengatur dan menyeimbangkan antara kehidupan pribadi, termasuk hubungan pacaran, dengan tanggung jawab akademik mereka. Dengan kemampuan pengelolaan waktu dan emosi yang baik, mahasiswa dapat memastikan bahwa aktivitas dalam hubungan romantis tidak mengganggu konsentrasi belajar maupun prestasi akademik. Keseimbangan ini memungkinkan mahasiswa untuk tetap fokus pada tujuan pendidikan sembari menjalani kehidupan sosial yang sehat dan produktif, sehingga keduanya dapat berjalan selaras tanpa saling merugikan.

Penelitian ini dilaksanakan di Yogyakarta dengan responden yaitu Mahasiswa yang berkuliah di Yogyakarta dengan rentang usia 19-23 tahun, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan untuk mahasiswa di luar daerah Yogyakarta yang memiliki karakteristik budaya, sosial dan akademik yang berbeda. Selain itu, jumlah responden data penelitian ini berjumlah 90 orang di Kabupaten Kota Yogyakarta, sehingga perlu perluasan kembali untuk meneliti daerah yang lebih luas dengan jumlah responden yang lebih banyak. Variabel yang diteliti terdiri dari 2 variabel, yaitu konsentrasi belajar dan pacaran dengan teknik analisis regresi linear sederhana, sehingga masih dimungkinkan untuk menambah variabel atau faktor lain dengan teknik analisis yang lebih kompleks.