

**PENGARUH BERPACARAN TERHADAP FOKUS BELAJAR  
MAHASISWA UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**Agil Aldiansyah<sup>1</sup>, Ridho Octavian<sup>2</sup>, Muhammad Farhan Idzulhaq<sup>3</sup>, Wahid Munawar<sup>4</sup>**  
[agilaldiansyah458@upi.edu](mailto:agilaldiansyah458@upi.edu)<sup>1</sup>, [ridhooctavian312@upi.edu](mailto:ridhooctavian312@upi.edu)<sup>2</sup>, [farhanidzulhaq@upi.edu](mailto:farhanidzulhaq@upi.edu)<sup>3</sup>,  
[wahidmunawar@upi.edu](mailto:wahidmunawar@upi.edu)<sup>4</sup>

**Universitas Pendidikan Indonesia**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh berpacaran terhadap fokus belajar mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan percintaan memengaruhi konsentrasi belajar, motivasi akademik, serta pencapaian akademik mahasiswa. Berpacaran merupakan salah satu aspek kehidupan sosial yang sering dijalani oleh mahasiswa, dan dapat berperan baik sebagai faktor pendukung maupun penghambat dalam keberhasilan akademik mereka. Oleh karena itu, penting untuk memahami dampak dari hubungan percintaan terhadap fokus belajar, agar mahasiswa dapat menyeimbangkan kehidupan sosial dan akademik dengan lebih baik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei, dan pengumpulan data dilakukan melalui instrument kuesioner yang disebarluaskan secara daring menggunakan Google Form. Sampel penelitian terdiri dari mahasiswa aktif Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) yang terlibat dalam hubungan percintaan. Kuesioner yang digunakan mencakup beberapa indikator utama, seperti, seperti tingkat gangguan dalam fokus belajar, pengaruh emosional akibat hubungan percintaan, serta perasaan dukungan atau tekanan yang dialami mahasiswa terkait studi mereka. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden, serta analisis regresi untuk menguji hubungan antara berpacaran dan fokus belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berpacaran memiliki pengaruh yang signifikan terhadap fokus belajar mahasiswa. Beberapa responden melaporkan adanya gangguan dalam konsentrasi belajar akibat konflik emosional atau tekanan dari hubungan percintaan. Namun, Sebagian mahasiswa lainnya merasa bahwa hubungan percintaan dapat menjadi sumber dukungan emosional yang meningkatkan motivasi dan semangat belajar mereka. Selain itu faktor manajemen waktu, kualitas hubungan, dan komunikasi yang efektif dalam berpacaran terbukti mempengaruhi tingkat dampak berpacaran terhadap studi akademik mahasiswa. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa, dosen, dan pihak universitas dalam memahami dinamika kehidupan sosial mahasiswa yang dapat mempengaruhi kinerja akademik mereka. Selain itu, penelitian ini juga memberikan rekomendasi untuk mahasiswa agar dapat lebih bijak dalam mengelola hubungan percintaan, sehingga tidak mengganggu fokus dan pencapaian akademik mereka.

**Kata Kunci:** Berpacaran, Fokus Belajar, Mahasiswa, Akademik.

**PENDAHULUAN**

Pendidikan tinggi merupakan tahap penting dalam kehidupan seseorang, di mana mahasiswa tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga membentuk karakter serta membangun masa depan karier mereka. Sebagai salah satu universitas terkemuka di Indonesia, Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) memberikan berbagai fasilitas dan kesempatan untuk mendalami berbagai disiplin ilmu. Namun, selain tuntutan akademik, mahasiswa juga dihadapkan pada berbagai aspek kehidupan pribadi yang dapat mempengaruhi fokus belajar mereka, salah satunya adalah hubungan percintaan. (Jurnal et al., n.d.)

Hubungan percintaan atau berpacaran merupakan bagian dari kehidupan sosial yang sering dijalani oleh mahasiswa, terutama di usia muda, yang tengah berada dalam masa pencarian jati diri dan pembentukan hubungan interpersonal. Namun, meskipun berpacaran dapat memberikan pengalaman emosional dan sosial yang positif, tidak sedikit yang merasa bahwa hubungan tersebut juga dapat mengganggu konsentrasi dan fokus belajar mereka.

Masalah fokus belajar di kalangan mahasiswa sering kali menjadi isu yang penting untuk diteliti, terutama mengingat dampaknya terhadap prestasi akademik dan pengembangan diri. Berbagai faktor, seperti tekanan sosial, kecemasan pribadi, atau konflik dalam hubungan percintaan, dapat mengalihkan perhatian mahasiswa dari tugas akademik mereka. Sebaliknya, hubungan yang harmonis dapat memberikan dukungan emosional yang memperkuat semangat belajar dan motivasi untuk meraih tujuan akademik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh berpacaran terhadap fokus belajar mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Fokus penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi bagaimana hubungan percintaan dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi belajar, produktivitas akademik, serta dampaknya terhadap keseimbangan antara kehidupan pribadi dan akademik. Dengan memahami fenomena ini, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa, dosen, serta pihak universitas dalam mendukung perkembangan akademik yang sehat dan seimbang bagi mahasiswa.

Dalam konteks ini, penting untuk menyoroti bagaimana mahasiswa dapat mengelola hubungan percintaan mereka dengan bijak, agar tidak mengganggu tujuan pendidikan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya akan memberikan gambaran mengenai dampak negatif, tetapi juga mencari sisi positif dari hubungan percintaan dalam konteks kehidupan akademik mahasiswa. (Natasya Caesarico Adrecy, 2024).

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei dan pengumpulan data yang dilakukan melalui instrument kuesioner yang disebarakan secara daring menggunakan Google Form untuk mengkaji pengaruh berpacaran terhadap fokus belajar mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara berpacaran dan dampaknya terhadap konsentrasi belajar, motivasi akademik, dan prestasi mahasiswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Fokus adalah hal yang harus dimiliki seorang mahasiswa, bukan tanpa alasan mahasiswa melawan banyak masalah seperti tugas, dan tugas ini pun ada banyak seperti tugas mingguan untuk para maba dan skripsi untuk mahasiswa semester akhir, ini baru masalah mahasiswa yang kupu-kupu bisa coba kita intip sedikit tugas dari mahasiswa yang mengikuti organisasi di kampus, mahasiswa ini pasti dit(Gulo & Sinaga, 2024)untut untuk mengerjakan banyak hal dengan waktu yang sedikit.

Masalah mahasiswa bisa saja bertambah karena adanya pacar, yang bukan tanpa alasan orang yang mempunyai pacar haruslah membagi hati, pikiran, ego, dan waktu. Ini membuat orang yang mempunyai pacar tidak bisa fokus pada suatu hal dengan 100%. Namun orang yang tidak memiliki pacar seharusnya bisa memiliki fokus yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki pacar, orang yang tidak memilih pacar biasanya tidak harus membagi hati, pikiran, ego, dan waktunya kepada individu lain. Namun mempunyai pacar bisa menjadi motivasi tersendiri bagi sebagian orang.

Dari hasil penelitian yang kami dapat dari 50 responden yang mayoritas di isi oleh mayoritas mahasiswa Pendidikan Teknik Mesin terdapat 10 pria berpacaran, 3 wanita berpacaran, 37 pria tidak berpacaran, dan 3 wanita tidak berpacaran. (Gulo & Sinaga, 2024)

Tabel 1. Jumlah mahasiswa berdasarkan yang berpacaran dan yang tidak berpacaran

Responden	Berpacaran	Tidak berpacaran
Pria	10	34
Wanita	3	3
Total	13	37

Dari setiap mahasiswa yang berpacaran rata rata menghabiskan waktu bersama pacar 0-5

jam perhari.

Tabel 2. Jumlah mahasiswa berdasarkan menghabiskan waktu bersama pacar

Responden	0-5 jam	6-10 jam	> 10 jam
Pria	1	9	0
Wanita	1	2	0
Total	2	11	0

Mahasiswa yang berpacaran rata-rata berkuliah dengan baik begitu juga dengan mahasiswa yang tidak berpacaran yang rata-rata selalu berkuliah dengan baik.

Tabel 2. Jumlah mahasiswa berdasarkan bolos kuliah

Indikator	berpacaran		Tidak berpacaran		
	Pria	wanita	Pria	Wanita	
Kuliah	5	3	29	2	39
Jarang masuk	3	0	2	0	5
Masuk pada batas absensi	2	0	3	1	6
Total					50

Menurut data yang kami dapat banyak mahasiswa rata-rata mahasiswa masih kurang paham dengan materi yang materi yang di sampaikan oleh dosen. Namun hal ini bisa terjadi dari berbagai, bisa jadi cara mengajar dosennya, bisa karna mahasiswa itu sendiri, dan lain-lain. (Xaverius Yosua, 2024)

Tabel 3. Jumlah mahasiswa yang paham dengan materi kuliah

Indikator	berpacaran		Tidak berpacaran		
	Pria	wanita	Pria	Wanita	
Paham	1	2	3	1	6
Kurang paham	7	1	29	2	39
Tidak paham	2	0	2	0	4
Total					50

Melalui data yang kami dapat mahasiswa yang berpacaran tidak pernah melakukan belajar bersama dengan pasangannya.

Tabel 4. Jumlah mahasiswa berdasarkan menghabiskan waktu bersama pacar

Indikator	Belajar bersama pacar		
	Pria	Wanita	
1	10	3	13
2	0	0	0
3	0	0	0
4	0	0	0
5	0	0	0
Total			13

## KESIMPULAN

Berpacaran adalah hal yang tidak memiliki aturan yang melarang kita untuk melakukan hal tersebut jadi berpacaran boleh-boleh saja dilakukan oleh siapapun. Namun kadang kali berpacaran bisa menjadi hal yang menghambat fokus dari individu namun juga dapat menjadi motivasi bagi individu lain. Pacar bisa menjadi salah satu faktor kemunduran dan stucknya kita dalam berkembang menjadi lebih baik, namun pacar juga bisa menjadi faktor utama kita menjadi berkembang lebih jauh dari apa yang kita pikirkan. Karna motivasi atau ucapan dari orang yang kita cintai bisa berdampak positif dari diri manusia. (Daeli & Santosa, 2024)

Dari data ini kami dapat menyimpulkan bahwa fokus mahasiswa ada yang berpengaruh dan tidak ada pengaruh dari pacaran, semua karena individu dari masing-masing mahasiswa itu sendiri yang bisa fokus pada tujuannya berada di kampus.

Kami harap dengan adanya penelitian ini menjadi parameter baru dari penelitian mengenai Fokus Berpacaran Terhadap Fokus Mahasiswa (Labina et al., 2018).

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Daeli, J. S., & Santosa, M. (2024). Studi Literatur: Toxic Relationship Perilaku Berpacaran Pada Mahasiswa. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(2), 5692–5701.
- Gulo, Y., & Sinaga, H. Y. (2024). Etika Berpacaran dalam Tinjauan Etika Kristen. *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Kristen Dan Katolik*, 2(3), 22–26.
- Jurnal, M., Ilmu, S., & Sosial, P. (n.d.). 64-Article Text-425-1-10-20230623. 4(1).
- Labina, F. O., Kusumawaty, I., Yunike, & Endriyani, S. (2018). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan. Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 1(1), 39–48. <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i1.356>
- Natasya Caesarico Adrecy. (2024). Hubungan Pola Asuh Otoriter dengan Agresivitas Mahasiswa dalam Hubungan Berpacaran. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(4), 179–192. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.671>
- Xaverius Yosua, F. (2024). Dampak Pacaran terhadap Minat dan Motivasi Belajar. *Jurnal Inovasi Global*, 2(6), 625–630. <https://jig.rivierapublishing.id/index.php/rv/indexDoi:https://doi.org/10.58344/jig.v2i6>.