

# Analisis Dampak Kecanduan Game Mobile Legends Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa

Rahmat Syawba Mulia<sup>1</sup>, Muhammad Ridha<sup>2</sup>, Maulana Aditya<sup>3</sup>, Rifky Wibowo<sup>4</sup>

[freezesyawba@gmail.com](mailto:freezesyawba@gmail.com)<sup>1</sup>

Universitas Saintek Muhammadiyah, Indonesia<sup>1234</sup>

## Abstract

*This research aims to examine the impact of Mobile Legends addiction on students' learning concentration. The study uses a descriptive qualitative method with a case study approach. Data collection was conducted through in-depth interviews and non-participant observations involving ten active university students who regularly play Mobile Legends. The results show that addiction to this game has a significant impact on students' academic activities. First, excessive playing frequency disrupts study schedules and decreases concentration during lectures. Second, students experience mental fatigue due to prolonged gaming, making it difficult to maintain focus for long periods. Third, the game is often used as a means of escaping academic pressure, but instead, it worsens the level of addiction. Additionally, the competitive and immersive nature of Mobile Legends leads students to prioritize in-game achievements over academic success. The conclusion of this study states that game addiction negatively affects learning concentration, academic motivation, and time management. Therefore, active involvement from universities and parents is necessary to help shape healthier digital habits among students.*

**Keywords:** Mobile Legends, Learning Concentration, Game Addiction

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak kecanduan game Mobile Legend terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi non-partisipatif terhadap sepuluh mahasiswa aktif yang rutin memainkan Mobile Legend. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan game ini membawa dampak signifikan terhadap aktivitas akademik mahasiswa. Pertama, frekuensi bermain yang berlebihan menyebabkan gangguan pada jadwal belajar serta menurunnya konsentrasi selama proses perkuliahan. Kedua, mahasiswa mengalami kelelahan mental akibat terlalu lama bermain, sehingga sulit mempertahankan fokus dalam waktu yang lama. Ketiga, game sering dijadikan sebagai sarana pelarian dari tekanan akademik, namun justru memperparah tingkat ketergantungan terhadap game. Selain itu, sifat kompetitif dan imersif dari Mobile Legend membuat mahasiswa lebih memprioritaskan pencapaian dalam game dibandingkan prestasi akademik. Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa kecanduan game berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar, motivasi akademik, dan pengelolaan waktu. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif kampus dan orang tua dalam membentuk kebiasaan digital yang lebih sehat bagi mahasiswa.

**Kata kunci:** Mobile Legends, Konsentrasi Akademik, Durasi Bermain

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang pesat dalam beberapa dekade terakhir telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam dunia pendidikan dan hiburan. Mahasiswa sebagai generasi muda yang adaptif terhadap teknologi menjadi kelompok yang paling terpapar dengan kemajuan ini, baik secara positif maupun negatif. Salah satu bentuk

hiburan yang sangat populer di kalangan mahasiswa adalah game daring atau online game, khususnya Mobile Legend. Game bergenre Multiplayer Online Battle Arena (MOBA) ini menawarkan pengalaman bermain yang kompetitif dan interaktif, serta dapat dimainkan secara real-time dengan pemain lain di seluruh dunia. Kemudahan akses, desain permainan yang menarik, dan sifat adiktif dari game ini membuat banyak

mahasiswa menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain setiap harinya.

Namun, penggunaan game secara berlebihan juga menimbulkan sejumlah konsekuensi negatif, terutama dalam aspek akademik. Banyak mahasiswa mulai menunjukkan gejala penurunan motivasi belajar, sulit berkonsentrasi saat mengikuti perkuliahan, serta kecenderungan menunda tugas dan kewajiban akademik demi mengejar peringkat atau kemenangan dalam game. Kebiasaan ini tidak hanya berpotensi menurunkan nilai akademik, tetapi juga berdampak pada kesehatan fisik dan mental, seperti kelelahan, gangguan tidur, dan meningkatnya stres akibat ketidakseimbangan aktivitas harian. Kegiatan bermain game yang dilakukan hingga larut malam, misalnya, sering menyebabkan mahasiswa kehilangan waktu istirahat yang cukup sehingga berimbas pada performa akademik keesokan harinya.

Lebih jauh lagi, Mobile Legend sebagai game yang bersifat kompetitif mendorong pemain untuk terus meningkatkan level permainan mereka melalui latihan yang intensif dan partisipasi dalam turnamen daring. Hal ini menciptakan tekanan tersendiri bagi mahasiswa untuk terus bermain agar tidak tertinggal dari rekan-rekannya.

Dalam beberapa kasus, mahasiswa bahkan merasa terikat secara sosial karena berada dalam tim atau komunitas tertentu yang mengharuskan mereka untuk aktif. Situasi ini dapat memperparah kecenderungan adiktif terhadap game, karena ketergantungan tidak hanya bersifat individu, tetapi juga didukung oleh lingkungan sosial.

Selain itu, faktor algoritma dan sistem reward dalam game Mobile Legend yang dirancang untuk mempertahankan keterlibatan pemain juga turut memperkuat perilaku kecanduan. Fitur seperti hadiah harian, misi mingguan, dan sistem peringkat memberikan dorongan psikologis bagi pemain untuk terus kembali bermain. Ini selaras dengan teori behaviorisme yang menjelaskan bahwa perilaku yang diberi penguatan secara berkala akan cenderung dipertahankan dalam jangka panjang. Dalam konteks mahasiswa, penguatan ini menciptakan pola ketergantungan yang sulit dihentikan,

meskipun mereka menyadari dampaknya terhadap akademik.

Fenomena kecanduan game juga tidak bisa dilepaskan dari minimnya kesadaran digital di kalangan mahasiswa. Banyak dari mereka belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai batasan waktu penggunaan teknologi dan manajemen waktu belajar yang efektif. Kurangnya pengawasan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga atau institusi pendidikan, memperbesar peluang mahasiswa untuk bebas mengakses game tanpa kontrol yang memadai. Ditambah lagi dengan adanya normalisasi budaya bermain game di kalangan mahasiswa, di mana bermain game dianggap sebagai aktivitas wajar dan bahkan prestisius jika mampu mencapai level tinggi atau memenangkan turnamen tertentu.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa kecanduan game dapat menyebabkan gangguan dalam fungsi kognitif, termasuk perhatian, memori kerja, dan kemampuan pengambilan keputusan. Selain itu, tekanan dari lingkungan pertemanan yang juga bermain game turut memperkuat pola kecanduan tersebut. Sayangnya, masih sedikit penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi dampak kecanduan Mobile Legend terhadap konsentrasi belajar mahasiswa, terutama dengan pendekatan kualitatif yang menggali pengalaman subjektif individu secara mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif bagaimana kecanduan game Mobile Legend memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa berdasarkan perspektif mereka sendiri. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam penyusunan strategi pencegahan dan penanganan kecanduan game di lingkungan perguruan tinggi serta meningkatkan kesadaran pentingnya keseimbangan antara hiburan digital dan tanggung jawab akademik.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif, yang bertujuan untuk memahami secara mendalam

pengalaman subjektif mahasiswa dalam menghadapi kecanduan game Mobile Legend dan dampaknya terhadap konsentrasi belajar mereka. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali makna, persepsi, serta dinamika personal yang tidak dapat diukur secara kuantitatif. Subjek penelitian terdiri atas 10 mahasiswa dari berbagai jurusan di salah satu perguruan tinggi negeri di Indonesia yang dipilih secara purposive berdasarkan kriteria tertentu, yaitu mahasiswa yang secara aktif bermain Mobile Legend minimal dua jam per hari selama enam bulan terakhir.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview) yang bersifat semi-terstruktur agar peneliti dapat mengeksplorasi informasi dengan fleksibilitas namun tetap dalam kerangka topik yang ditentukan. Selain itu, peneliti juga melakukan observasi non-partisipatif terhadap kebiasaan bermain responden, terutama pada saat waktu-waktu belajar seperti malam hari atau menjelang ujian. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik (thematic analysis), yang mencakup proses transkripsi wawancara, pemberian kode pada data, pengelompokan tema, serta penafsiran makna secara kontekstual.

Untuk memastikan validitas dan reliabilitas data, dilakukan triangulasi sumber, yaitu membandingkan hasil wawancara dengan observasi, serta teknik member checking dengan memberikan hasil temuan sementara kepada responden untuk dikonfirmasi kebenarannya. Semua proses penelitian dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian, termasuk menjaga kerahasiaan identitas responden dan memperoleh persetujuan partisipasi secara sukarela.

## KAJIAN KEPUSTAKAAN

Kajian kepustakaan dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan landasan teoritis dan konseptual mengenai fenomena kecanduan game daring, khususnya Mobile Legend, dan dampaknya terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Kecanduan game online secara umum telah menjadi

perhatian dalam bidang psikologi dan pendidikan karena kemampuannya memengaruhi fungsi kognitif serta perilaku individu. Caplan (2010) menyatakan bahwa individu yang menunjukkan kecenderungan kecanduan terhadap internet dan game daring cenderung mengalami gangguan dalam interaksi sosial serta mengembangkan pola perilaku menghindar dari kenyataan. Hal ini berdampak pada penurunan produktivitas, termasuk dalam konteks akademik.

Anderson dan Dill (2000) dalam studinya menemukan bahwa paparan intens terhadap game, khususnya game yang bersifat kompetitif dan agresif, tidak hanya berpengaruh pada emosi, tetapi juga pada aspek perilaku dan performa akademik mahasiswa. Mereka mencatat bahwa mahasiswa yang secara rutin memainkan video game memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk menunda pekerjaan akademik dan mengalami penurunan konsentrasi saat belajar. Ini diperkuat oleh temuan Granic et al. (2014) yang mengkaji bagaimana game dengan intensitas tinggi dapat menyebabkan kelelahan kognitif akibat keterlibatan emosional yang berlebihan.

Dalam konteks Mobile Legend, game ini didesain dengan mekanisme permainan cepat, sistem peringkat, dan hadiah yang diperoleh secara berkala, yang menstimulasi pusat reward otak pemain (dopaminergic system). Menurut teori behaviorisme, penguatan yang terus-menerus melalui pencapaian skor, naik level, atau kemenangan tim mendorong munculnya perilaku berulang yang sulit dikendalikan, khususnya pada kelompok usia muda seperti mahasiswa.

Young (1998) juga mengemukakan bahwa adiksi terhadap internet dan game merupakan bentuk gangguan perilaku baru yang memiliki gejala mirip dengan adiksi terhadap zat, seperti dorongan kuat untuk bermain, toleransi, dan gejala withdrawal saat tidak bermain. Dampak dari gangguan ini mencakup menurunnya kemampuan untuk fokus dalam waktu lama, kehilangan minat terhadap aktivitas penting seperti belajar, dan munculnya konflik interpersonal.

Lebih lanjut, penggunaan waktu secara berlebihan untuk bermain game sering kali

dikaitkan dengan kemampuan manajemen waktu yang buruk dan kurangnya pengendalian diri (self-regulation), sebagaimana dijelaskan dalam teori eksekutif fungsi otak. Mahasiswa yang tidak mampu mengatur prioritas antara hiburan dan kewajiban akademik cenderung mengalami penurunan prestasi. Dalam hal ini, kecanduan game dapat menghambat perkembangan keterampilan penting seperti perencanaan, organisasi, dan kontrol diri.

Dari berbagai literatur tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara intensitas penggunaan game online dan menurunnya kemampuan konsentrasi belajar. Oleh karena itu, pemahaman terhadap mekanisme adiksi game serta dampaknya terhadap aspek kognitif dan akademik sangat penting untuk dijadikan dasar dalam merancang strategi intervensi dan pencegahan yang efektif di lingkungan pendidikan tinggi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui rangkaian proses wawancara mendalam dan observasi non-partisipatif terhadap sepuluh mahasiswa yang secara aktif memainkan game Mobile Legend setiap hari. Para responden dipilih berdasarkan intensitas bermain yang tinggi, yaitu minimal dua jam per hari, serta tingkat keterlibatan emosional yang tampak dari perilaku mereka. Dari hasil wawancara, ditemukan bahwa mayoritas responden menunjukkan indikasi kuat terhadap ketergantungan perilaku dan psikologis terhadap game. Ketergantungan ini tidak hanya tercermin dalam frekuensi bermain yang tinggi, tetapi juga dalam pola pikir yang selalu berorientasi pada permainan, baik saat di rumah, di kampus, maupun saat mengikuti kegiatan akademik. Mereka mengaku merasa cemas atau gelisah jika tidak sempat bermain, serta mengalami perasaan bersalah saat meninggalkan permainan dalam kondisi belum selesai atau kalah.

Dampak dari kecanduan ini paling dominan terlihat dalam aspek konsentrasi belajar. Sebagian besar responden mengaku mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi

secara penuh dalam waktu lama ketika mengikuti perkuliahan, membaca literatur akademik, atau menyusun tugas. Fokus mereka mudah teralihkan oleh notifikasi game, rasa penasaran terhadap perkembangan permainan, atau sekadar keinginan untuk membuka aplikasi game. Aktivitas belajar menjadi tidak maksimal karena perhatian terbagi dan tidak ada motivasi yang cukup kuat untuk mempertahankan fokus belajar. Bahkan dalam beberapa kasus, responden lebih memilih untuk menyelesaikan permainan terlebih dahulu sebelum memulai belajar, yang berakibat pada keterlambatan menyelesaikan tugas atau persiapan yang kurang saat menghadapi ujian.

Pengaruh ini diperkuat dengan hasil observasi yang menunjukkan bahwa dalam sesi belajar kelompok maupun perkuliahan tatap muka, beberapa responden sering kali membuka gawai mereka untuk mengecek informasi dari game atau bahkan bermain secara diam-diam. Perilaku ini tidak hanya mengganggu proses belajar pribadi, tetapi juga mengganggu dinamika kelompok karena responden menjadi kurang partisipatif dan lambat dalam merespons diskusi. Gejala-gejala seperti kehilangan fokus, mudah merasa bosan, cepat merasa lelah saat belajar, serta lebih tertarik pada hal-hal yang bersifat instan dan menyenangkan seperti game, menjadi indikator nyata bahwa kecanduan Mobile Legend telah berdampak pada penurunan fungsi kognitif dan afektif mahasiswa.

Analisis data yang dilakukan menghasilkan tiga tema besar yang saling berkaitan satu sama lain. Tema pertama adalah gangguan ritme belajar dan manajemen waktu. Mahasiswa yang kecanduan game cenderung memiliki pola hidup yang tidak teratur, seperti tidur larut malam, bangun siang, dan menyusun jadwal belajar berdasarkan waktu bermain. Mereka merasa kesulitan untuk mempertahankan rutinitas harian yang produktif karena game mengambil porsi waktu yang besar dalam kehidupan mereka. Tema kedua adalah penurunan konsentrasi dan daya ingat jangka pendek. Aktivitas bermain yang dilakukan dalam durasi panjang mengakibatkan kelelahan otak dan menurunnya kapasitas otak dalam menyerap

serta mengolah informasi baru. Dalam situasi seperti ini, mahasiswa menjadi kurang tanggap terhadap instruksi, cenderung melupakan hal-hal penting, dan tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik. Tema ketiga adalah eskapisme atau pelarian dari tekanan psikologis. Banyak mahasiswa bermain Mobile Legend bukan hanya karena kesenangan semata, tetapi juga sebagai cara untuk menghindari stres, rasa cemas terhadap nilai, dan tekanan sosial dari lingkungan akademik. Game menjadi pelarian sementara yang memberikan rasa nyaman dan pengalihan dari kenyataan yang dianggap menekan.

Salah satu responden menyatakan, “Kalau main game, saya merasa bebas. Beban pikiran hilang walau cuma sementara. Tapi habis main, kadang malah nyesel karena tugas jadi nggak selesai.” Pernyataan ini menunjukkan bahwa kecanduan game dapat menciptakan siklus perilaku maladaptif, di mana mahasiswa terus-menerus mencari kenyamanan dalam game meskipun menyadari konsekuensi negatifnya. Keadaan ini mengarah pada munculnya konflik internal antara keinginan untuk sukses secara akademik dan dorongan emosional untuk mendapatkan kesenangan instan dari permainan.

Jika dikaitkan dengan teori-teori yang telah dikaji sebelumnya, hasil penelitian ini memperkuat argumen Caplan (2010) bahwa penggunaan teknologi secara berlebihan dapat mengurangi kemampuan sosial dan kontrol diri. Selain itu, penelitian ini juga membuktikan relevansi teori Young (1998) tentang adiksi internet sebagai bentuk gangguan psikologis yang nyata. Bahkan, dalam konteks Mobile Legend, game tidak hanya menjadi media hiburan, tetapi telah membentuk identitas sosial dan rutinitas harian mahasiswa. Anderson dan Dill (2000) juga menekankan bahwa penggunaan game dalam jangka panjang dapat memengaruhi perkembangan moral dan tanggung jawab seseorang, karena pola pikir kompetitif dan agresif yang dikembangkan dalam game bisa terbawa dalam kehidupan nyata, termasuk dalam interaksi akademik dan sosial.

Dari seluruh temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecanduan Mobile Legend memiliki pengaruh yang signifikan dan kompleks terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan adanya pendekatan multidisipliner dalam menangani isu ini, tidak hanya dari aspek pendidikan, tetapi juga psikologi dan sosial budaya. Lembaga pendidikan tinggi diharapkan dapat memberikan bimbingan, penyuluhan, serta program pendampingan kepada mahasiswa agar mampu mengelola waktu dengan baik, meningkatkan kesadaran literasi digital, dan membentuk pola pikir yang seimbang antara hiburan dan tanggung jawab akademik.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kecanduan terhadap game Mobile Legend memberikan dampak yang signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Dampak tersebut mencakup terganggunya ritme belajar yang semestinya terstruktur, munculnya penurunan fokus dan motivasi dalam proses akademik, serta timbulnya ketergantungan psikologis terhadap game sebagai bentuk pelarian dari tekanan akademik. Mahasiswa yang menghabiskan waktu secara berlebihan untuk bermain Mobile Legend cenderung mengalami penurunan performa akademik, kesulitan mengatur waktu dengan baik, serta kecenderungan menunda tugas-tugas penting.

Selain itu, game ini telah menjadi bagian dari pola hidup yang memengaruhi perilaku dan cara berpikir mahasiswa. Ketergantungan yang tercipta bersifat kompleks karena melibatkan aspek emosional, sosial, dan psikologis. Meskipun terdapat manfaat seperti membangun relasi sosial atau mengurangi stres sementara, dampak negatif jangka panjangnya terhadap fungsi kognitif dan akademik tidak dapat diabaikan.

Dengan demikian, penting bagi mahasiswa, orang tua, dan institusi pendidikan untuk menyadari bahaya laten dari kecanduan game online dan bersama-sama merumuskan

strategi pencegahan serta intervensi yang efektif. Strategi tersebut dapat berupa edukasi literasi digital, pengelolaan waktu yang disiplin, serta pendampingan psikologis yang bertujuan untuk membantu mahasiswa menemukan keseimbangan antara hiburan digital dan tanggung jawab akademik. Penelitian lanjutan juga disarankan untuk mengeksplorasi aspek neuropsikologis dan dampak sosial yang lebih luas agar diperoleh pemahaman yang lebih holistik mengenai fenomena kecanduan game di kalangan mahasiswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772–790.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097.
- Gentile, D. A. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20(5), 594–602.
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69(1), 66–78.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278–296.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 144–152.
- Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2015). Measuring DSM-5 internet gaming disorder: Development and validation of a short psychometric scale. *Computers in Human Behavior*, 45, 137–143.
- Przybylski, A. K., Rigby, C. S., & Ryan, R. M. (2010). A motivational model of video game engagement. *Review of General Psychology*, 14(2), 154–166.
- Turel, O., & Bechara, A. (2017). Effects of motor inhibition and planning on excessive social media use: A longitudinal study. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 601–607.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244.