

# INTERAKSI PERADABAN: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam

ISSN : 2809-7645

E-ISSN : 2809-7653

DOI :

Vol. 05 No. 01, 2025

<http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/interaksi>



## Analisis Kecanduan Game Mobile Legends terhadap Komunikasi kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Raden Fatah

Nuria Rohimah<sup>1)</sup>, Ica Juliana<sup>2)</sup>, Muhamad Afdoli Ramadoni<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

<sup>2)</sup>Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

<sup>3)</sup>Universitas Muhammadiyah Palembang

Email:

[afdoli\\_ramadoni@um-palembang.ac.id](mailto:afdoli_ramadoni@um-palembang.ac.id)

### Keywords

*Kecanduan game onlie, Mobile legends, kesehatan mental, mahasiswa, Fakultas Dakwah dan Komunikasi.*

### ABSTRAK

Penelitian ini mengungkapkan hubungan antara kecanduan *Game Mobile Legends* dengan kesehatan mental pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Tingginya popularitas *Game Mobile Legends* di kalangan mahasiswa menimbulkan kekhawatiran tentang potensi dampak kecanduan terhadap kesehatan mental, termasuk gangguan emosional seperti stres, kecemasan, dan penurunan prestasi akademik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui *Google Form* dan *observasi*. Dalam penelitian ini, peneliti juga menggunakan dua pendekatan teori untuk memperkuat analisis, yaitu Teori *Uses and Gratifications* serta Teori *Psikoanalisis*. Teori *Uses and Gratifications* membantu menjelaskan alasan mahasiswa memilih bermain *game Mobile Legends* sebagai cara untuk memenuhi kebutuhan hiburan, mengurangi stres, dan mencari interaksi sosial. Sementara itu, Teori *Psikoanalisis* digunakan untuk memahami bagaimana dorongan bawah sadar, konflik batin, serta mekanisme pertahanan diri berperan dalam membentuk perilaku kecanduan pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 50% responden menghabiskan 3 hingga 4 jam per hari untuk bermain *Mobile Legends*. Hal ini dapat memicu stres, gangguan tidur, penurunan produktivitas akademik, dan terganggunya hubungan sosial. Meskipun *game* ini memberikan kesenangan sesaat, jika dimainkan secara berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan aktivitas akademik mahasiswa. Temuan ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam upaya pencegahan dan penanganan kecanduan game di lingkungan kampus.

## Pendahuluan

Saat ini teknologi berkembang dengan pesat dan masyarakat membutuhkan teknologi yang cepat dan mudah dalam setiap aspek kehidupannya. Kemajuan teknologi tidak lagi bisa dipisahkan dari setiap aktivitas kehidupan manusia sehari-hari. Bidang informasi dan komunikasi merupakan salah satu contoh perkembangan teknologi yang dibutuhkan masyarakat saat ini. Teknologi yang paling cepat berkembang di bidang ini adalah Internet. Kehadiran Internet memudahkan komunikasi antar masyarakat dekat maupun jauh.

Perkembangan teknologi digital, khususnya internet dan perangkat pintar, telah membawa transformasi besar dalam segala bidang kehidupan. Salah satunya terlihat dari semakin meningkatnya popularitas *game online*. Perkembangan teknologi yang cepat telah membuat *game online* lebih mudah dijangkau. *Laptop* dan *handphone* yang terhubung ke internet telah menjadi sarana utama untuk bermain *game online*. Permainan *online* tidak hanya memberikan hiburan, melainkan juga membentuk komunitas *virtual* yang besar. Meski teknologi semakin maju, generasi muda menghadapi tantangan menggunakan telepon pintar secara berlebihan. Generasi muda suka menghabiskan waktu senggang di dunia digital, khususnya bermain *game online*.

Dengan kata lain, *gameplay* berbasis *web* terdiri dari dua kata *game* dan *web*. Meminjam perkataan Young, *game* berbasis *web* adalah sebuah *platform* yang menawarkan berbagai jenis permainan yang memungkinkan *klien web* berinteraksi dengan pengguna lain di lokasi yang lebih nyaman dan memungkinkan rekan-rekan mereka untuk berkolaborasi (Bikriyah, 2020). Sebuah *game* yang menawarkan berbagai jenis *gameplay* (Bimantara & Asri, 2020). *Klien web* dapat berkolaborasi dan berinteraksi dengan pengguna lain melalui organisasi mitra berbasis *web* mereka di lokasi yang lebih nyaman. *Game* atau dikenal juga dengan aplikasi *online* adalah fitur yang dapat diakses pengguna ketika memiliki akses ke Internet atau teknologi yang terhubung ke jaringan, seperti laptop atau ponsel. Banyak permainan yang tersedia di lingkungan permainan internet ini,

termasuk permainan seluler yang biasa dimainkan oleh anak-anak, remaja, dan bahkan orang tua (Febriandari et al., 2016).

Pada waktu ini, permainan berbasis MOBA (*Multiplayer Online Battle Arena*) sangat digemari oleh anak-anak, remaja, dan orang dewasa, terutama di kalangan mahasiswa. Sebuah tim dianggap menang bila mereka bisa menghancurkan *turret* lawan hingga akhirnya menghancurkan *nexus* (markas besar) lawan. *Mobile Legends* adalah permainan berjenis *Multiplayer Online Battle Arena* (MOBA). Permainan ini dikembangkan dan diterbitkan oleh Moonton, yang merupakan perusahaan pengembang *game* dari Tiongkok. Jenis permainan ini adalah *game* yang berfokus pada kerja sama yang melibatkan dua tim untuk saling bertarung, di mana setiap tim terdiri dari lima pemain yang masing-masing mengendalikan *avatar*, yang disebut sebagai "Hero".

Para *hero* dalam *game* ini memiliki beragam peran, mulai dari, Petarung (*Fighter*), Pembunuh (*Assassin*), Penyihir (*Mage*), Pendukung (*Support*), *Tank*, hingga, Penembak Jitu (*Marksman*). Permainan ini memiliki beberapa aturan ketat, di antaranya: setiap pemain dalam satu tim tidak diperkenankan memilih *hero* yang sama, serta tidak diperbolehkan bermain dengan pemain yang levelnya jauh di atas atau di bawah levelnya. Jika koneksi internet seorang pemain terputus, maka pemain tersebut akan dianggap AFK (*Away From Keyboard*) (Suci Afiani et al., 2022).

Dalam *game* permainan online seluler *Mobile Legends*, ada fitur bernama *Mobile Legend* yang seperti ini diantaranya yaitu (Suci Afiani et al., 2022): Permainan ini menawarkan pengalaman menarik dengan sebuah pertarungan yang berlangsung tanpa henti antara dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain, menghadapi lawan yang merupakan pemain asli. Anda bisa menyambut teman sebagai sekutu atau bahkan sebagai musuh dalam pertempuran yang seru. Terdapat berbagai pilihan legenda yang bisa anda pilih, mulai dari *Warrior*, *Professional Killer*, *Mage Back*, *Tank*, hingga *Stamp*, setiap legenda memiliki keunikan dan keahlian masing-masing. Kolaborasi antar pemain sangat penting dalam permainan ini untuk mencapai kemenangan. Kontrol permainan dirancang agar menyenangkan dan sederhana, cukup dengan dua jempol, membuatnya mudah dipelajari

dan dikuasai. Pertarungan yang adil menjadi salah satu keunggulan permainan ini, di mana pemain harus mengandalkan keahlian mereka untuk membentuk strategi yang efektif. Selain itu, kemampuan untuk menemukan musuh dalam waktu 10 detik membuat permainan semakin dinamis dan menantang. Setiap pertandingan mengharuskan pemain untuk cepat mencari *match making* dan tim mereka, menambahkan elemen kejutan dan keseruan dalam setiap sesi permainan.

*Game mobile legend online* memiliki peraturan khusus yaitu: Selain menghadapi lawan yang berbeda, setiap pemain dalam permainan ini tidak diperbolehkan memilih legenda yang sama dengan anggota grupnya. Tujuan dari aturan ini adalah untuk menjaga keanekaragaman strategi dan tantangan yang ada dalam permainan. Untuk menjaga keseimbangan dan keadilan di setiap pertandingan, pemain juga tidak diperbolehkan bermain di posisi dua *level* di atas atau di bawah *level* mereka saat ini. Selama permainan, pemain akan ditandai sebagai *AFK (away from keyboard)*, yang menandakan bahwa mereka tidak aktif bermain. Hal ini membantu anggota tim lainnya memahami keadaan dan membuat strategi mereka sesuai dengannya. Untuk menjaga keseimbangan tim dan menjaga kualitas permainan, pemain yang kurang berbakat atau tidak memenuhi standar akan tidak dimainkan. Dengan aturan ini, tujuan permainan adalah untuk menciptakan lingkungan permainan yang adil dan bersaing di mana setiap pemain memiliki kesempatan untuk membantu satu sama lain dan berkembang sesuai dengan kemampuan mereka.

Kecanduan *game online* adalah salah satu jenis ketergantungan yang disebabkan oleh kemajuan teknologi internet, dan sering kali disebut sebagai gangguan kecanduan internet (Nursyifa et al., 2020). Meminjam perkataan J. Young menyebutkan bahwa internet dapat menimbulkan kecanduan, termasuk kecanduan *game* komputer (bermain *game* berlebihan). Hal ini menunjukkan bahwa *game online* merupakan salah satu aspek dari internet yang sering diakses, sangat populer, dan bahkan dapat menyebabkan kecanduan yang sangat kuat.

Meminjam perkataan Kustiawan (Kustiawan, A.A. & Utomo, 2019) menyatakan *game online* adalah *game* atau permainan yang dapat dimainkan oleh banyak orang secara bersamaan melalui internet. Dengan fasilitas online, *game online* menawarkan lebih banyak

pengalaman karena pemain dapat berinteraksi dengan orang lain di seluruh dunia melalui voice note dan chat.

Bermain *game online* dapat menjadi kecanduan dalam beberapa cara. Salah satu hal yang membuat game tersebut menarik dan membuat orang ketagihan adalah karakteristiknya sendiri. Tawaran level dan hadiah dapat mendorong pemain untuk terus bermain. Elemen sosial juga memiliki peran penting dalam game online. Bermain dengan pemain lain bisa membantu membangun hubungan sosial dan memberikan kepuasan sosial. Selain itu, aspek *psikologis* juga ikut berperan. Beberapa orang bermain game online untuk menghindari masalah dan stres (Ramadhani, 2020). Faktor lingkungan yang membantu juga bisa membuat kecanduan game online lebih kuat, seperti teman atau keluarga yang turut terlibat dalam aktivitas tersebut. Pemain yang kecanduan game online dapat mengalami gejala fisik seperti sakit kepala, nyeri punggung, atau masalah mata sebagai akibat dari bermain terlalu lama. Semua hal ini dapat meningkatkan risiko kecanduan *game online* yang perlu diwaspadai (Putra & Nuryono, 2022) .

Kecanduan *game online* adalah salah satu bentuk kecanduan yang dipicu oleh teknologi internet, yang juga dikenal dengan istilah gangguan kecanduan internet. Seperti yang telah diungkapkan sebelumnya, internet dapat menyebabkan kecanduan, termasuk kecanduan terhadap permainan komputer, yang sering disebut sebagai permainan berlebihan (Wulandari, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa *game online* merupakan bagian internet yang sering digunakan dan sangat populer, bahkan dapat menimbulkan kecanduan yang sangat kuat. Kecanduan adalah kecanduan perilaku, atau suatu kondisi di mana seseorang memiliki keterikatan fisik atau psikologis yang kuat terhadap sesuatu sehingga mereka merasa tidak nyaman ketika hal tersebut tidak terpenuhi (Dinata, 2017).

Internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah kecanduan permainan komputer. *Game online* sangat populer di internet dan dapat menjadi kecanduan (Dinata, 2017). Para pecandu *game online* mereka lebih terbiasa berinteraksi secara digital daripada berinteraksi secara langsung, pecandu *game online* mungkin menghadapi kesulitan berkomunikasi di luar *game*. Karena mereka tidak memiliki pengalaman berinteraksi

dengan orang lain di dunia nyata, pecandu *game online* juga dapat mengalami kesulitan dalam mengungkapkan emosi dan menangani konflik secara efektif (Harahap, 2021).

Untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena kecanduan *Games Mobile Legends* serta pengaruhnya terhadap kesehatan mental, diperlukan pendekatan teoritis yang dapat menerangkan baik dari segi motivasi penggunaan media maupun dinamika psikologis yang menjadi dasar perilaku adiktif tersebut. Oleh karena itu, peneliti menggunakan dua teori utama sebagai dasar dalam menganalisis permasalahan, yaitu Teori *Uses and Gratifications* dan Teori *Psikoanalisis*. Kedua teori ini menawarkan pandangan yang saling melengkapi dalam menjelaskan motif, kepuasan, dan konflik batin yang dialami individu saat terlibat secara mendalam dalam penggunaan media digital, khususnya permainan online.

Salah satu teori dalam komunikasi massa yang dapat digunakan untuk memahami fenomena kecanduan pada *game online*, khususnya *Mobile Legends*, di kalangan mahasiswa adalah Teori *Uses and Gratifications*. Teori ini diperkenalkan oleh Blumler dan Katz, yang berargumentasi bahwa orang-orang secara aktif memilih media untuk memenuhi kebutuhan tertentu, seperti hiburan, melarikan diri dari tekanan, mencari informasi, serta membangun interaksi sosial (Alpionita, 2017). Dalam konteks *Game Mobile Legends*, mahasiswa tidak sekadar menjadi pengguna pasif media, tetapi mereka secara sadar memanfaatkan game tersebut sebagai alat untuk memenuhi berbagai kebutuhan psikologis dan sosial mereka. Teori *Uses and Gratifications* menjelaskan tentang cara seseorang menggunakan media serta lamanya waktu yang dihabiskan untuk itu (Saputra, 2019). Konsep utama dari teori ini berfokus pada asal dari kebutuhan psikologis dan sosial manusia, yang menghasilkan harapan tertentu sesuai dengan motif individu terhadap media. Hal ini menghasilkan pola interaksi dengan media tertentu dan dapat memenuhi kebutuhan lainnya, bukan hanya kebutuhan yang diinginkan tetapi juga bisa berpengaruh pada hal-hal yang tidak diharapkan. Para pengguna media memiliki kebebasan untuk menentukan jenis media yang akan mereka pilih sesuai dengan keinginan atau kebutuhan mereka. Selain itu, pengguna atau konsumen juga dapat memilih cara penggunaan media

yang sesuai dengan tujuan mereka. Pada akhirnya, media yang mampu memenuhi kebutuhan masyarakat dianggap sebagai media yang efektif .

Dalam dunia *game online* seperti *Mobile Legends*, terdapat empat kebutuhan utama yang sering dipenuhi oleh para pemain (Gianni & Lestari, 2019). Pertama, pemenuhan kebutuhan kognitif terjadi lewat pembelajaran strategi permainan, pemahaman tentang mekanisme pertarungan, dan penguasaan karakter-karakter hero. Game ini menawarkan sistem pendidikan bertahap yang memungkinkan pemain untuk terus meningkatkan kemampuan analisis dan penyelesaian masalah secara menyenangkan. Kebutuhan afektif muncul ketika game berfungsi sebagai sarana untuk melepaskan emosi dan mengelola stres. Elemen kompetisi seperti pertandingan peringkat menghadirkan sensasi adrenalin, sementara mode santai seperti *brawl mode* memberikan hiburan tanpa tekanan. Fitur visual menarik dan efek suara yang memuaskan menciptakan pengalaman emosional yang mendalam, sehingga pemain merasa terhibur dan sejenak melupakan masalah sehari-hari. Aspek integrasi sosial dalam game online ditunjukkan melalui beragam fitur interaksi. Sistem tim yang mengharuskan kerjasama antara lima pemain membangun hubungan sosial secara virtual, Komunikasi lewat chat atau voice note membantu pemain menjalin hubungan meski terpisah oleh jarak fisik, sehingga memenuhi kebutuhan dasar manusia untuk terhubung dengan orang lain. Kebutuhan pengakuan diri terpenuhi melalui sistem penghargaan dan pencapaian dalam permainan. Peringkat yang berhasil diraih pemain menjadi simbol kemampuan, sementara koleksi skin dan pencapaian menjadi bukti dedikasi mereka. Keterkaitan antara keempat kebutuhan ini bersifat dinamis dan saling mendukung. Seorang pemain mungkin mulai tertarik karena kebutuhan afektif (melepaskan stres), kemudian berpindah untuk memenuhi kebutuhan sosial melalui pertemanan dalam tim, dan akhirnya termotivasi untuk memenuhi kebutuhan pengakuan diri dengan mengejar peringkat terbaik. Siklus ini menjadikan pengalaman bermain game sangat menarik dan memiliki potensi untuk menyebabkan ketergantungan jika tidak dikelola dengan tepat.

Selain mengetahui alasan penggunaan media dari perspektif kebutuhan dan kepuasan, sangat krusial untuk mempertimbangkan kecanduan game online sebagai manifestasi dari

konflik internal atau stres psikologis yang tidak dikenal. Dengan demikian, untuk memperkaya kerangka analisis dalam penelitian ini, peneliti menggunakan Teori Psikoanalisis yang menekankan pengaruh dorongan tidak sadar, mekanisme perlindungan diri, dan komposisi kepribadian dalam membentuk tingkah laku seseorang, termasuk kecenderungan adiktif terhadap game.

*Psikoanalisis* adalah teori yang membahas hakikat dan perkembangan bentuk kepribadian manusia (Ardiansyah et al., 2022). Dasar teorinya adalah motivasi, emosi, dan aspek kepribadian lainnya. Menganggap bahwa konflik-konflik dari komponen psikologis itu sendiri menyebabkan perkembangan kepribadian. Pandangan Sigmund Freud tentang kepribadian manusia kemudian didasarkan pada pengalaman pasiennya. Teori psikoanalisis yang diusulkan Freud menawarkan cara untuk memahami kecanduan game melalui interaksi tiga elemen kepribadian. Id, yang berfungsi sebagai pendorong dasar, menjelaskan motivasi pemain yang terus mencari kesenangan seketika dari game meskipun menyadari risiko yang terkait terlihat dari keinginan untuk meraih posisi tinggi atau mengumpulkan skin unik. Ego, yang seharusnya berfungsi sebagai penyeimbang, sering kali tidak mampu menahan godaan kesenangan instan yang ditawarkan oleh game, sedangkan superego, yang berperan sebagai suara moral, gagal berfungsi ketika nilai-nilai akademik dan sosial diabaikan. Mekanisme pertahanan ego sangat penting dalam masalah kecanduan game. Escapisme muncul ketika pemain menggunakan permainan sebagai cara untuk melarikan diri dari masalah nyata seperti tekanan akademik. Regresi dapat terlihat saat pemain bersikap childish, seperti marah ketika mengalami kekalahan. Sublimasi terjadi ketika energi agresif dialihkan ke dalam kompetisi dalam game. Proyeksi dapat terlihat ketika pemain menyalahkan anggota tim atas kegagalan dirinya sendiri. Proses psikologis ini menciptakan siklus kecanduan: pemain awalnya mencari kesenangan (id), kemudian mengembangkan ketergantungan sebagai cara untuk menghindari kenyataan (mekanisme pertahanan ego), dan akhirnya mengalami konflik ketika nilai-nilai dalam kehidupan nyata (superego) diabaikan. Teori ini menjelaskan mengapa usaha untuk hanya mengurangi waktu bermain sering kali tidak berhasil karena tidak menangani kebutuhan psikologis yang mendasari perilaku adiktif ini.

Urgensi penelitian ini muncul dari semakin banyaknya kasus kecanduan game online di kalangan mahasiswa, terutama untuk *game Mobile Legends* yang sangat populer dan mudah diakses melalui perangkat seluler. Mahasiswa, yang merupakan kelompok usia produktif dalam fase transisi dan penemuan identitas, sangat terpengaruh oleh media digital, termasuk *Game Online*. Ketika permainan tidak hanya menjadi sarana hiburan tetapi juga beralih menjadi kecanduan, hal ini dapat berdampak buruk pada berbagai aspek kehidupan, seperti kesehatan mental, kualitas tidur, interaksi sosial, dan prestasi akademik. Fenomena ini bukan sekadar masalah teknis, tetapi juga menjadi isu psikologis dan komunikasi terkait kesehatan mental. Maka dari itu, peneliti melakukan analisis mendalam tentang bagaimana keterlibatan mahasiswa dalam game *Mobile Legends* dapat memengaruhi keseimbangan psikologis mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan ilmiah dalam memahami gejala dan faktor penyebab kecanduan *Game Online*, serta mendasari pengembangan strategi pencegahan dan penanganan yang efektif di lingkungan pendidikan tinggi.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *kualitatif*. Penelitian *deskriptif kualitatif* menggambarkan atau menjelaskan fenomena dunia nyata. Metode ini digunakan untuk mempelajari dan memahami fenomena kompleks seperti perilaku manusia, proses sosial, atau pengalaman individu (A. K. Nuzuli, 2020). Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus *kualitatif*. Pemilihan studi kasus ini bertujuan untuk memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mendalami fenomena kecanduan *game* serta pengaruhnya terhadap kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa.

Dalam penelitian *kualitatif deskriptif*, data dikumpulkan melalui pengamatan serta pengisian kuesioner yang dilakukan menggunakan *Google Forms*, dengan total 54 responden dan sebanyak 40 responden menunjukkan indikasi kecanduan terhadap *game online*. Hal ini 74% dari partisipan dalam penelitian ini mengalami kecanduan *game online*, menunjukkan bahwa fenomena ini cukup signifikan di kalangan responden. Temuan ini mengindikasikan adanya kebutuhan untuk memahami lebih dalam faktor-faktor yang

mempengaruhi kecanduan game online serta dampaknya terhadap aspek *psikologis* dan sosial responden. Selanjutnya, data yang telah dikumpulkan dianalisis untuk mengidentifikasi pola atau tema yang ada. Dalam metode penelitian *kualitatif deskriptif*, analisis data cenderung bersifat subjektif dan berpatokan pada pemikiran peneliti (Sugiyono, 2018).

Salah satu keunggulan dari penelitian *deskriptif kualitatif* adalah kemampuannya untuk memberikan informasi yang sangat terperinci mengenai fenomena yang sedang diteliti. Metode ini juga memungkinkan peneliti untuk menggali lebih dalam pemahaman mengenai pengalaman individu serta dinamika sosial yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari. Namun, kelemahan dari metode ini terletak pada analisis data yang bersifat subjektif dan tidak dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Peneliti menerapkan sejumlah kriteria dalam pemilihan responden yang sah dan *relevan* dengan tema penelitian. Standar responden untuk penelitian ini mencakup mahasiswa dan mahasiswi aktif dari Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Selain itu, responden yang dipilih adalah mahasiswa dan mahasiswi yang aktif berpartisipasi dalam permainan *game online*. Kriteria ketiga meliputi individu yang memiliki riwayat kecanduan *game online* sebelumnya, di mana responden yang sesuai adalah mereka yang telah menghabiskan waktu yang signifikan untuk bermain *game online*.

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Pemilihan partisipan dilakukan dengan metode *purposive sampling*, yang berarti memilih mahasiswa yang secara aktif berpartisipasi dalam permainan *Mobile Legends* dan bersedia untuk membagikan pengalaman mereka mengenai kecanduan *game* serta dampaknya terhadap kesehatan mental.

Teknik *purposive sampling* membagi dalam beberapa kategori. Dalam penelitian ini, peneliti memilih menggunakan 3 kategori yang relevan dengan judul peneliti, yakni *Critical Case Sampling*. Dalam teknik ini, peneliti mengumpulkan kasus-kasus yang memberikan informasi yang mendalam tentang fenomena yang sedang diteliti. *Extreme Case Sampling* adalah teknik yang digunakan dalam penelitian yang berfokus pada ciri unik atau khas

dari sampel yang sedang diselidiki. *Homogeneous Sampling* yang ketiga merupakan teknik pengumpulan sampel yang menyeleksi karakteristiknya dengan sangat spesifik. Dalam kategori ini, peneliti hanya melibatkan responden yang terdiri dari mahasiswa laki-laki dan perempuan *Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam* angkatan 2023.

Daftar data *kuesioner* dilampirkan pada informasi yang dikumpulkan dari sumber *primer* dan *sekunder*. Data *primer* mencakup data dan jumlah pertanyaan yang diajukan kepada responden melalui *survei google forms*. Data yang diperoleh perlu dikumpulkan kembali untuk analisis lebih lanjut. Sementara itu, data *sekunder* diperoleh dari catatan, buku, laporan, skripsi, buku teori, dan sumber lainnya. Dalam penelitian ini, data sekunder diambil dari buku referensi, penelitian terdahulu, dan internet.

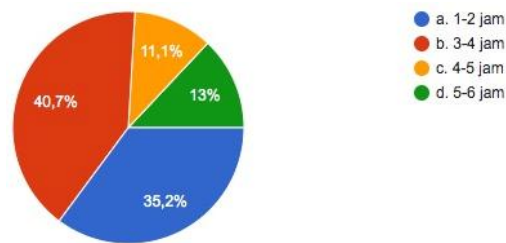
## Hasil Dan Pembahasan

This section describes the results of the study that may be equipped with tables, figures (graphs), and/or diagrams. Results should be clear and concise. The results should summarize (scientific) findings rather than provide data in detail. The Arabic transliteration using the international standard IJMES Transliteration Chart (Californian FB font -12- normal).

*International Statistical Classification of Diseases (ICD)*, Organisasi Kesehatan Dunia telah menetapkan kecanduan *game online* atau *gaming disorder* sebagai gangguan jiwa (*psychotic disorder*). WHO mengklasifikasikan kecanduan *game* sebagai kelainan yang disebabkan oleh perilaku adiktif atau kelainan yang disebabkan oleh kebiasaan atau ketergantungan dalam *ICD-11* versi terbar.

Fenomena kecanduan *game Mobile Legends* yang terjadi di kalangan mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang menunjukkan bahwa perilaku bermain game bukan lagi sekadar bentuk hiburan biasa, melainkan sudah menyentuh aspek psikologis dan keseharian mahasiswa. Berdasarkan data dari 54 responden, separuh dari mereka menghabiskan waktu 3-4 jam dalam sehari hanya untuk bermain. Angka ini

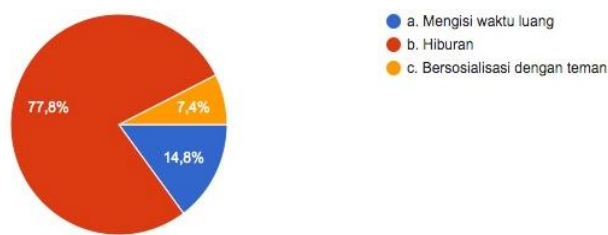
bukan angka yang kecil, terutama bagi mahasiswa yang memiliki tanggung jawab akademik.



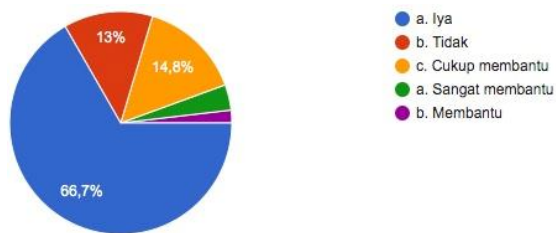
Gambar 1. Informasi Berapa Lama Bermain *Mobile Legends* Dalam Satu Hari

Melalui pendekatan teori Uses and Gratifications dapat dilihat bahwa mahasiswa memilih untuk bermain bukan semata-mata karena kebosanan. Namun, jika kita memahami cara bermainnya, *game online* memberikan pemain rasa puas. Hal ini dikarenakan mekanisme permainannya. Fitur yang menghibur meliputi gambar-gambar dan animasi -animasi yang mendorong anak-anak bahkan termasuk orang dewasa untuk bermain *game* (Ardiansyah, 2022).

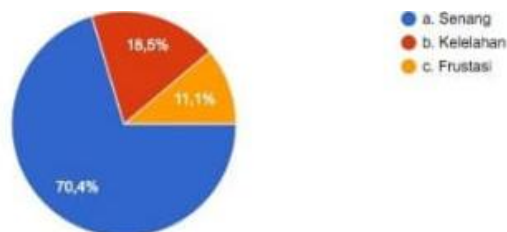
Hiburan adalah bagian yang sangat penting dalam hidup manusia. Manusia mencari hiburan demi memperoleh kesenangan. Setiap orang memiliki cara yang unik untuk menemukan jalan hidupnya sendiri (Arani, 2021). Di tengah masyarakat, ragam hiburan semakin berkembang menjadi bagian hidup kita, termasuk di antaranya teater, musik, bermain *game*, dan berbagai bentuk hiburan lainnya (Artayasa et al., n.d.). Sebanyak 77,8% responden menjadikan *game* sebagai sarana hiburan, 66,7% untuk meredakan stres, dan 70,4% mengaku merasa puas dan senang setelah bermain. Hal ini menunjukkan bahwa *game* memberikan semacam pelarian yang dibutuhkan untuk menjauh dari tekanan akademik, tuntutan sosial, atau sekadar melepaskan kepenatan setelah rutinitas kuliah.



Gambar 2. Informasi Alasan Utama Bermain *Mobile Legends*



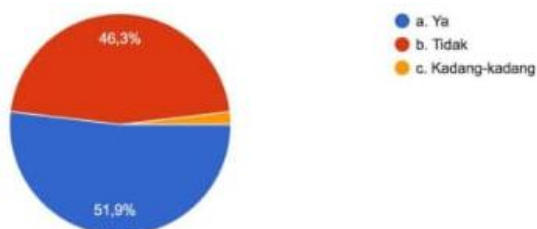
Gambar 3. Informasi Game *Mobile Legends* Dapat Menghilangi Stress



Gambar 4. Informasi Apa Yang Dirasakan Setelah Bermain *Mobile Legends*

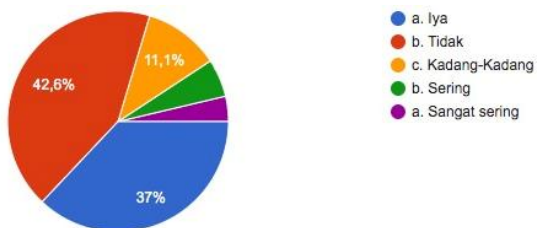
Namun, ketika game digunakan secara berlebihan, maka yang awalnya memberikan rasa senang, justru bisa berubah menjadi kebutuhan yang sulit dikendalikan. Banyak mahasiswa merasa sulit berhenti, bahkan ketika tahu ada tanggung jawab lain yang menunggu (Rahmadani, 2022). Kualitas tidur mengacu pada keadaan tidur seseorang yang memberikan perasaan segar dan bugar saat bangun tidur, kepuasan saat tidur, serta tidak membuat seseorang merasa lelah atau gelisah (Lindawati, 2025). Berdasarkan penelitian Jefrains Ch Manuputty, Sekplin A S Sekeon, dan Grace D Kandou dengan judul, “Hubungan antara Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kualitas Tidur pada Gamer Online Pengguna Komputer di Warung Internet M2G Supernova Malalayang, terdahulu ditemukan bahwa hubungan dengan perilaku penggunaan gadget dan computer

menyebabkan kualitas tidur yang buruk(Manuputty et al., 2019). Ini tergambar dari temuan yang akan diteliti peneliti bahwa sebanyak 51,9% responden mengaku kesulitan untuk mengurangi waktu bermain, dan 42,6% mengalami gangguan tidur. Ini menunjukkan bahwa game tidak lagi berperan sebagai hiburan semata, tetapi sudah menjadi kebutuhan psikologis yang bisa memengaruhi kondisi fisik.

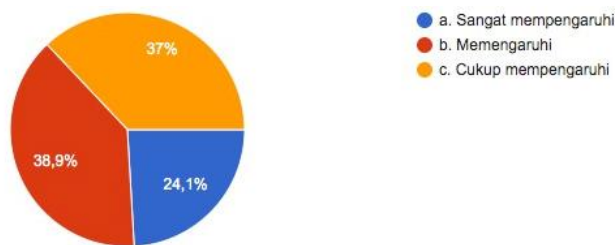


Gambar 5. Informasi Mengenai Kesulitan Dalam Mengurangi Waktu Bermain

Pendekatan teori Psikoanalisis juga dapat menjelaskan perilaku mahasiswa dalam konteks ini. Menurut Freud, manusia memiliki struktur kepribadian yang terdiri dari id, ego, dan superego(Rachman & Wahyuniarti, 2021). Ketika id, yaitu dorongan untuk mencari kesenangan, lebih mendominasi, seseorang akan cenderung mengabaikan norma sosial dan logika demi mendapatkan kesenangan tersebut. Dalam hal ini, mahasiswa terus bermain untuk memuaskan keinginan sesaat, meskipun tahu ada kewajiban akademik yang tertunda. Ego yang seharusnya menjadi penengah, tidak mampu membatasi keinginan tersebut. Superego pun yang mewakili nilai dan norma menjadi tidak berfungsi ketika mahasiswa membiarkan nilai akademiknya menurun. Ini dibuktikan dengan data bahwa 37% responden merasa permainan menghambat pencapaian akademik, dan 38,9% merasa game mengganggu konsentrasi serta produktivitas belajar mereka.



Gambar 6. Informasi Apakah Bermain Mobile Legends Berdampak Pada Kegiatan Akademik

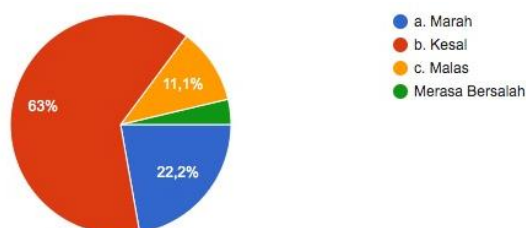


Gambar 7. Informasi Mobile Legends Mempengaruhi Konsentrasi Dalam Belajar

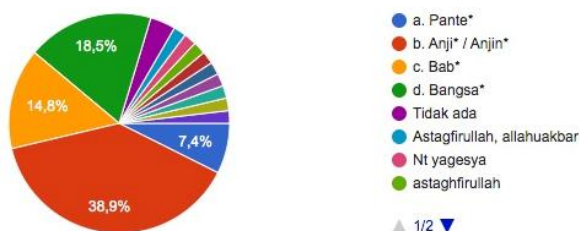
Meminjam perkataan Drajat Edy Kurniawan (Kurniawan, 2017) mengatakan, game dapat menimbulkan dampak negatif sebagai berikut yang pertama status kesehatan menurun, kedua menyebabkan gangguan jiwa, ketiga dapat menghambat proses pembangunan, keempat kemampuan akademik menurun, kelima akan sulit berinteraksi dengan orang-orang di sekitar anda. Dampak kesehatan mental yang sering terkait dengan kecanduan bermain game meliputi kecemasan, depresi, toxic, terganggunya jam tidur, dan tingkat stres yang meningkat secara signifikan (Moge & Romano, 2020). Depresi sendiri adalah salah satu jenis gangguan jiwa (gangguan emosi) pada bidang emosi, yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan sebagainya (Aries, 2016).

Tak hanya itu, respon emosional juga muncul akibat kekalahan dalam bermain. Sebanyak 63% responden mengaku merasa kesal pada diri sendiri maupun orang lain. *Trash Talking* adalah bentuk *cyber bullying* yang terjadi di dalam dunia permainan *game online* (Ihsan Zarkasih et al., 2025). Para *toxic player*, istilah untuk *Gamer* yang sering terlibat dalam *Trash talk*, biasanya tidak menyadari bahwa tindakan mereka tidak hanya berdampak pada permainan mereka, tetapi juga dapat mempengaruhi komunitas atau kehidupan nyata mereka. *Trash talking* merupakan sebuah bentuk komunikasi verbal yang disengaja, dengan motif yang bisa bersifat positif maupun negatif terhadap pemain lain. Motif positif muncul jika dilakukan untuk memotivasi dan bersenang-senang, sementara

motif negatif terlihat ketika dilakukan untuk mengganggu dan mengintimidasi. Ada beragam bentuk trash talking, salah satunya adalah yang menggunakan nama hewan (Marcella & Sazali, 2023). Hewan adalah makhluk hidup yang tidak memiliki naluri seperti manusia. Mereka juga merupakan makhluk yang bebas. Meski demikian, ada hewan dan manusia yang hidup berdampingan (Sugiono, 2019). Bentuk luapan emosi lainnya seperti berkata kasar juga terjadi dimana hasil penelitian sebanyak 38,9% responden mengaku menggunakan kata-kata seperti nama binatang saat bermain. Hal ini menunjukkan bahwa game dijadikan tempat pelampiasan emosi yang seharusnya dikelola secara sehat.



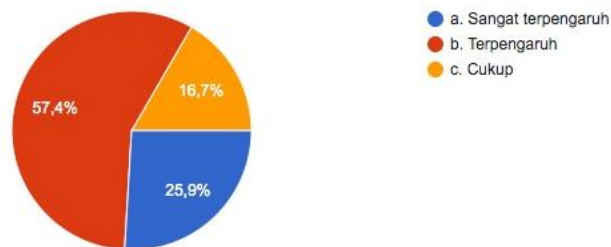
Gambar 8. Informasi Merasakan Kesal Dalam Bermain *Mobile Legends*



Gambar 9. Informasi Mengenai Ucapan Kata Kasar

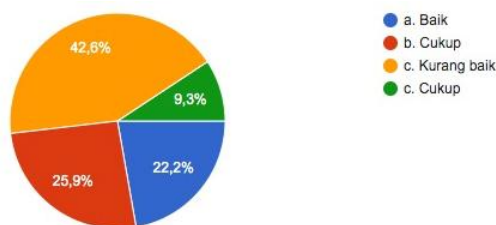
Pecandu *game online* mungkin kesulitan berkomunikasi di luar *game* karena lebih terbiasa berinteraksi secara digital dan kurang terampil berkomunikasi secara langsung (A. K. N. Nuzuli et al., 2023). Selain itu, pecandu *game online* juga dapat mengalami kesulitan dalam mengungkapkan emosi dan menghadapi konflik secara efektif, karena kurangnya pengalaman dalam berinteraksi dengan orang lain di dunia nyata. Selain berdampak pada aspek psikologis dan akademik, kecanduan *game* juga memengaruhi

hubungan sosial(Nizar Imron Alfifi, 2025). Data menunjukkan bahwa 57,4% responden merasa kesulitan berinteraksi dengan lingkungan sekitar karena terlalu sibuk bermain. Dunia nyata menjadi semakin dijauhkan, digantikan dengan dunia *virtual* yang dianggap lebih nyaman dan tidak menuntut.



Gambar 10. Informasi Mengenai Terpengaruhnya Hubungan Sosial

Pola tidur juga menjadi terganggu. Ketika mahasiswa terlalu lama bermain hingga larut malam, mereka menjadi lelah di pagi hari, sulit fokus saat kuliah, dan akhirnya berdampak pada hasil akademik. Gangguan tidur yang dialami oleh 42,6% responden memperkuat bahwa ada harga yang harus dibayar dari aktivitas bermain yang berlebihan.



Gambar 11. Informasi Mengenai Jam Tidur

Jika dilihat secara menyeluruh, peneliti menyimpulkan bahwa *Mobile Legends* lebih dari sekadar sekedar permainan bagi beberapa mahasiswa. *Game* ini menjadi sarana untuk menemukan kenyamanan, pengalihan sejenak, bahkan jati diri. Akan tetapi, apabila dimainkan secara berlebihan, ia bisa menimbulkan berbagai masalah mulai dari stres mental, gangguan tidur, penurunan prestasi akademik, hingga berkurangnya kualitas hubungan sosial.

Teori *Uses and Gratifications* dalam penelitian ini menerangkan bahwa mahasiswa memilih permainan berdasarkan kebutuhan mereka, dan permainan tersebut dianggap mampu efektif karena dapat memenuhi kebutuhan tersebut. Namun, teori *Psikoanalisis* mengindikasikan bahwa dalam usaha memenuhi kebutuhan tersebut, ada konflik internal antara hasrat untuk bersenang-senang dan prinsip-prinsip yang seharusnya dipegang. Apabila keseimbangan ini tidak terjaga, maka akan muncul perilaku kecanduan yang sukar untuk dihentikan.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ketergantungan pada permainan Mobile Legends berdampak besar terhadap kesehatan mental mahasiswa, khususnya di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Mahasiswa cenderung menggunakan permainan sebagai cara untuk melarikan diri dari tekanan akademik dan emosional, yang awalnya memberikan kesenangan, tetapi seiring waktu berubah menjadi kebutuhan psikologis yang sukar dikendalikan.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa sebagian besar responden mengalami ketergantungan waktu dalam bermain, masalah tidur, penurunan konsentrasi di akademik, dan kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Hasil juga menunjukkan bahwa banyak pemain merasakan gejala emosional seperti stres, kemarahan, bahkan depresi akibat kekalahan atau tekanan saat bermain. Dengan menggunakan pendekatan *Uses and Gratifications*, mahasiswa memilih permainan untuk memenuhi kebutuhan hiburan dan sosial. Sementara itu, pendekatan *Psikoanalisis* menunjukkan adanya konflik internal yang memperkuat perilaku adiktif ini. Ketika kebutuhan psikologis tidak disertai dengan pengendalian diri dan kesadaran nilai, maka permainan yang awalnya menyenangkan bisa menjadi gangguan serius pada kesehatan mental. Oleh karena itu, sangat penting bagi institusi pendidikan dan lingkungan sosial untuk merancang strategi yang tidak hanya terbatas pada pengaturan waktu bermain, tetapi juga meningkatkan kesadaran mahasiswa tentang pentingnya menyeimbangkan hiburan digital dengan kehidupan nyata.

Saran terkait ide lebih lanjut mengenai ide yang bisa dikembangkan dari artikel peneliti berjudul "Hubungan Antara Kecanduan *Game Mobile Legend* Dengan Kesehatan Mental Di Kalangan Mahasiswa Jurusan Komunikasi Dan Penyiaran Islam UIN Raden Fatah Angkatan 2023": Pertama Tinjau bagaimana kecanduan *game Mobile Legends* berdampak pada kesehatan mental berdasarkan jenis kelamin. Apakah terdapat perbedaan antara pria dan wanita terkait tingkat kecanduan serta efeknya. Kedua analisis mengenai faktor sosial ekonomi investigasi pengaruh faktor sosial-ekonomi terhadap kecanduan *game* dan kondisi mental. Bagaimana latar belakang keluarga dan situasi ekonomi memengaruhi kebiasaan bermain *game* serta kesehatan mental.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alpionita, D. (2017). Efektivitas Daya Tarik Iklan Televisi Mie Sedaap White Curry Pada Mahasiswa Kos Di Pmd RT.21/ RW. 08 Palembang. *BMC Public Health*, 5(1), 1–8.
- Arani, V. S. (2021). *Analisis Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa*.
- Ardiansyah. (2022). *Game Online sebagai Media Komunikasi Virtual bagi Remaja di Kelurahan Simpang Rimbo Kota Jambi*. 7(2).
- Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*, 7(1), 25–31.
- Aries, D. (2016). Depresi: Ciri, penyebab dan penanganannya. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1(1), 1–14.
- Artayasa, I. N., Kusumastuti, S. N., Nugroho, S., & Afryanto, S. (n.d.). *Seni Pertunjukan Nusantara Peluang Dan Tantangan Memasuki Era Revolusi Industri 4.0*.
- Bikriyah, N. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Psikologi dan Konseling West ...*, 1(01), 19–30.
- Bimantara, T., & Asri, S. D. (2020). Pembuatan Game Puzzle Online Dengan Prinsip Kooperatif Berbasis Android. *RABIT : Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi Univrab Volume*, 5(1), 20–33.

- Dinata, O. (2017). Hubungan Kecanduan Game Online Clash of Clans Terhadap Perilaku Sosial. *Hubungan Kecanduan Game Online Clash of Clans Terhadap Perilaku Sosial*, 4(9), 15.
- Febriandari, D., Nauli, F. A., & HD, S. R. (2016). Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(1), 50–56.
- Gianni, & Lestari, M. T. (2019). *Program Studi S1 Ilmu Komunikasi , Fakultas Komunikasi dan Bisnis , Universitas Telkom pemain secara online , karena sampai saat ini istilah “ MOBA ” masih diperdebatkan oleh beberapa penggunanya , dimana mereka lebih memilih menggunakan istilah ARTS ( Ac. 6(3), 6396–6403.*
- Harahap, siti rahma. (2021). Hambatan – Hambatan Komunikasi. *Al-Manaj : Jurnal Program Studi Manajemen Dakwah*, 1(1), 56–62.
- Ihsan Zarkasih, M., Mustaqimmah, N., Bina Widya, K. K., Baru, S., Tampan, K., Pekanbaru, K., & penulis, K. (2025). Komunikasi Virtual Cyberbullying Melalui Perilaku Trash Talking Pada Pemain Game Online Valorant. *Filosofi: Publikasi Ilmu Komunikasi, Desain, Seni Budaya*, 2, 66–74.
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Koseling Gusjigang*, 3(1), 97–103.
- Kustiawan, A.A.& Utomo, A. W. . (2019). *Jangan Suka Game Online, Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan*. CV. AE Media Grafika.
- Lindawati. (2025). *Hubungan Antara Kualits Tidur Dengan Kualitas Hidup Pada Remaja SMK*. 6.
- Manuputty, J. C., Sekeon, S. A. S., & Kandou, G. D. (2019). Hubungan antara Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur pada Gamer Online Pengguna Komputer di Warung Internet M2G Supernova Malalayang. *Jurnal KESMAS*, 8(7), 61–66.
- Marcella, D., & Sazali, H. (2023). Fenomena Trash-Talking Antar Pemain Game Online Mobile Legends: Bang Bang (Studi Kasus Mahasiswa Ilmu Komunikasi Uin Sumatera Utara). *Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika dan Komunikasi*, 4(3), 1138–1145.

- Moge, C. E., & Romano, D. M. (2020). Contextualising video game engagement and addiction in mental health: the mediating roles of coping and social support. *Heliyon*, 6(11).
- Nizar Imron Alfifi. (2025). Komunikasi Interpersonal Orangtua Dan Anak Pecandu Game Online (Mobile Legend) Di Desa Karangrejo Kecamatan Purwosari Kabupaten Pasuruan. *Al-Muttaqin : Jurnal Studi, Sosial, dan Ekonomi*, 6(1), 118–130.
- Nursyifa, F. I., Widiyanti, E., & Herliani, Y. K. (2020). Gangguan Tidur Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjajaran Yang Mengalami Kecanduan Game Online. *Jurnal Keperawatan*, VIII(1), 32–41.
- Nuzuli, A. K. (2020). Faktor yang Memengaruhi Efektivitas Komunikasi antar Pemain Game Online PUBG. *Jurnal Komunikasi Global*, 9(1), 20–41.
- Nuzuli, A. K. N., Ningsih, M. S., Astri, P. B., Fazli, M., Palenza, N. R., & Gazali, A. (2023). Gangguan Komunikasi pada Mahasiswa Pecandu Game Online Mobile Legend. *Jurnal PIKMA : Publikasi Ilmu Komunikasi Media Dan Cinema*, 5(2), 261–271.
- Putra, G. A., & Nuryono, W. (2022). Fenomena penyebab kecanduan game online pada Siswa. *Jurnal BK Unesa*, 12(3), 983–989.
- Rachman, A. K., & Wahyuniarti, F. R. (2021). Struktur kepribadian tokoh Lilian dalam novel Pink Cupcake karya Ramya Hayasrestha Sukardi (Sastra anak dalam perspektif psikoanalisis Sigmund Freud). *KEMBARA Journal of Scientific Language Literature and Teaching*, 7(2), 490–507.
- Rahmadani. (2022). *Dampak Game Online (Higgs Domino Island) Terhadap Perilaku Remaja Di Desa Sikara-kara I Kecamatan Natal*. 1–23.
- Ramadhani, S. N. (2020). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stress Pada Siswa SMA. *Journal Psikologi*, 9(1), 12–16.
- Saputra, A. (2019). Survei Penggunaan Media Sosial Di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses and Gratifications. *Baca: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 40(2), 207.

- Suci Afiani, A., Zinat Achmad, I., Gustiawati, R., & Bayu Mahardhika, D. (2022). Pengaruh Game Online Mobile Legend Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik. *Jurnal Porkes*, 5(2), 391–405. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6110>
- Sugiono, L. A. (2019). Trash-Talking Dalam Game Online Pada User Game Online Di Indonesia. *Departemen Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Airlangga*, 1–12.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. In ke-26. PT Alfabet.
- Wulandari, S. Y. (2023). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Bermain Game Online Pada Generasi Z Di Komunitas Gamer Pekanbaru. *Aleph*, 87(1,2), 149–200.