

## **DAMPAK GAME ONLINE MOBILE LEGENDS TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA DI SMA NEGERI 1 PAGARALAM**

**Muhammad Arif Alfaroji<sup>1</sup>, Risma Anita Puriani<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> arifalfaroji@gmail.com, <sup>2</sup> rismary@fkip.unsri.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Sriwijaya

### **Abstract**

*This study aims to determine the effect of the online game Mobile Legends on students' learning concentration at SMA Negeri 1 Pagaram. The background of this research is based on the widespread use of online games among teenagers, particularly Mobile Legends, which potentially disrupts students' focus and academic achievement. This study uses a quantitative approach with a descriptive correlational method. The sample consisted of 46 students selected through purposive sampling, specifically students who actively play Mobile Legends. The research instrument was a questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using simple linear regression techniques. The results of the study show that there is a significant influence between the intensity of playing Mobile Legends and students' learning concentration. The higher the frequency and duration of play, the lower the level of learning concentration. This is indicated by a significance value ( $p$ ) of less than 0.05 and a coefficient of determination ( $R^2$ ) that reflects the contribution of the independent variable to the dependent variable. The study concludes that Mobile Legends has a negative impact on students' learning concentration when played excessively. Therefore, good time management and supervision from both parents and teachers are essential so that students can use technology positively without interfering with their academic activities.*

**Keywords:** Online Game, Mobile Legends, Learning Concentration, High School Students

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh game online Mobile Legends terhadap konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Pagaram. Latar belakang penelitian ini didasari oleh maraknya penggunaan game online di kalangan remaja, khususnya Mobile Legends, yang berpotensi mengganggu fokus dan prestasi akademik siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 46 siswa yang dipilih melalui teknik purposive sampling, yaitu siswa yang aktif bermain Mobile Legends. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan teknik regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara intensitas bermain game Mobile Legends dengan konsentrasi belajar siswa. Semakin tinggi frekuensi dan durasi bermain, maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi ( $p$ ) yang lebih kecil dari 0,05 serta koefisien determinasi ( $R^2$ ) yang menunjukkan kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa game online Mobile Legends memberikan dampak negatif terhadap konsentrasi belajar apabila dimainkan secara berlebihan. Oleh karena itu, pengelolaan waktu yang baik dan pengawasan dari orang tua maupun

guru sangat diperlukan agar siswa dapat memanfaatkan teknologi secara positif tanpa mengganggu aktivitas akademiknya.

**Kata Kunci:** Game Online, *Mobile Legends*, Konsentrasi Belajar, Siswa SMA

---

## PENDAHULUAN

Di era digital saat ini, kemajuan teknologi telah memberikan pengaruh besar terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk sektor pendidikan. Teknologi tidak hanya mempermudah akses informasi dan komunikasi, tetapi juga menciptakan peluang baru di bidang hiburan, seperti munculnya game online (Ericson & Suherman, 2024). Game online kini menjadi fenomena global yang berkembang pesat, terutama di kalangan remaja. Salah satu game yang sangat populer di Indonesia adalah *Mobile Legends*, yang digemari karena memberikan pengalaman bermain yang interaktif, menantang, dan menekankan pada kerja sama tim (Prasetyo et al., 2023).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika bersama Katadata Insight Center pada Oktober 2021, mayoritas masyarakat Indonesia mengaku tidak pernah bermain game online. Dari 10.000 responden, sebanyak 54,4% menyatakan tidak menggunakan internet untuk bermain game, 9,7% mengaku pernah namun sangat jarang, 16,6% jarang, 14,3% sering, dan hanya 5,1% yang bermain sangat sering (Annur Mutia, 2022). Meskipun begitu, data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 mengungkapkan bahwa 46,2% anak dan remaja usia 0–18 tahun mengalami kecanduan terhadap game online. Selain itu, 38,5% individu usia 18–25 tahun dan 15,3% usia di atas 25 tahun juga menunjukkan gejala kecanduan (YBKB, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa meski secara umum tingkat partisipasi bermain game mungkin rendah, ada segmen tertentu, khususnya remaja, yang sangat terpengaruh oleh game seperti *Mobile Legends*.

Indonesia juga menghadapi persoalan terkait perjudian online yang sering terselubung dalam platform game digital. Pada tahun 2023, tercatat lebih dari 3 juta warga Indonesia terlibat dalam perjudian daring, dengan nilai industri mencapai hampir \$20 miliar atau setara dengan 1,5% dari Produk Domestik Bruto (PDB) nasional. Pemerintah telah menindak tegas dengan menutup lebih dari 2 juta situs judi dan membekukan ribuan rekening terkait. Menteri Komunikasi, Budi Arie Setiadi, menyatakan bahwa praktik ini sangat merugikan kondisi keuangan keluarga dan memiliki dampak terbesar pada kaum

perempuan (Sulaiman, 2024). Walaupun perjudian tidak secara langsung berkaitan dengan Mobile Legends, fenomena ini menyoroiti kompleksitas dalam pengawasan penggunaan teknologi digital secara menyeluruh.

Sebagai game bergenre Multiplayer Online Battle Arena (MOBA), Mobile Legends menuntut kemampuan berpikir strategis dan pengambilan keputusan cepat dari para pemainnya. Namun, selain memberikan hiburan, game ini juga menimbulkan kekhawatiran terkait dampaknya terhadap aspek penting dalam kehidupan remaja, salah satunya adalah konsentrasi belajar (Masrukin & Wasito, 2024). Konsentrasi belajar merupakan elemen vital yang memengaruhi kesuksesan akademik siswa. Fokus yang terjaga memungkinkan siswa memahami materi secara maksimal, menyelesaikan tugas dengan baik, dan meraih prestasi optimal (Bezaleel Surbakti, 2023). Akan tetapi, kemudahan mengakses game online seringkali justru menjadi penghalang bagi siswa dalam mempertahankan fokus belajar.

Penggunaan game yang berlebihan dapat menyita banyak waktu, mengganggu waktu istirahat, dan menyebabkan kelelahan, yang pada akhirnya berpengaruh negatif terhadap konsentrasi (Ajis et al., 2024). Berdasarkan pengamatan awal di SMA Negeri 1 Pagaram, sejumlah siswa diketahui menghabiskan berjam-jam setiap hari untuk bermain Mobile Legends. Kondisi ini menimbulkan kekhawatiran karena menunjukkan indikasi menurunnya kemampuan fokus belajar di kalangan siswa yang sering bermain.

Penelitian oleh Fathurohim & Muliayah (2023) menunjukkan bahwa intensitas bermain game online memiliki korelasi negatif dengan tingkat konsentrasi belajar. Siswa yang bermain dengan frekuensi tinggi cenderung memiliki tingkat konsentrasi yang lebih rendah dibandingkan mereka yang bermain dengan frekuensi rendah. Temuan ini menggarisbawahi bahwa durasi bermain yang berlebihan bisa mengganggu pola tidur dan waktu belajar, sehingga berdampak pada hasil akademik.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara intensitas bermain game online Mobile Legends terhadap konsentrasi belajar siswa. Pendekatan kuantitatif dipilih karena sesuai untuk mengukur hubungan antar variabel secara objektif dan terukur menggunakan instrumen yang terstandar. Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas XI

SMA Negeri 1 Pagaram tahun ajaran 2024/2025. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 389 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu dengan menetapkan kriteria siswa yang aktif bermain Mobile Legends. Berdasarkan hasil penyaringan awal melalui angket, diperoleh 46 siswa yang memenuhi kriteria sebagai sampel penelitian. Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independen (X) yaitu intensitas bermain Mobile Legends yang mencakup frekuensi, durasi, dan keterlibatan, serta variabel dependen (Y) yaitu konsentrasi belajar siswa yang mencakup kemampuan fokus, ketepatan menyelesaikan tugas, kemampuan menghadapi distraksi, dan kesiapan belajar.

Instrumen penelitian berupa angket tertutup dengan skala Likert 5 poin. Skala Mobile Legends terdiri dari 23 item yang disusun berdasarkan aspek toleransi, paksaan, gejala putus, masalah kesehatan, dan manajemen waktu. Skala konsentrasi belajar terdiri dari 21 item berdasarkan aspek pemusatan pikiran, motivasi, rasa khawatir, perasaan tertekan, gangguan kepanikan, dan kesiapan belajar. Validitas instrumen diuji menggunakan korelasi Pearson Product Moment. Sementara, reliabilitas dilakukan dengan koefisien Alpha Cronbach. Teknik analisis data yang digunakan terdiri dari: Uji Prasyarat, Uji Normalitas dengan uji Kolmogorov-Smirnov, Uji Linearitas, Uji Hipotesis, Analisis regresi linear sederhana untuk melihat pengaruh signifikan antara intensitas bermain Mobile Legends terhadap konsentrasi belajar siswa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **1. Uji Prasyarat**

Uji prasyarat merupakan tahap awal yang penting untuk memastikan bahwa analisis statistik yang digunakan dalam penelitian memenuhi syarat dan ketentuan yang berlaku secara ilmiah. Pada penelitian ini, pengujian asumsi yang dilakukan mencakup uji normalitas dan uji linearitas, guna menjamin validitas hasil analisis lebih lanjut. Adapun hasil dari uji prasyarat tersebut disajikan sebagai berikut.

## 2. Uji Normalitas

**Tabel 1.** Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
0,112	46	0,189	0,955	46	0,071

Hasil uji normalitas data ditampilkan pada tabel di atas. Pengujian dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Kedua metode tersebut menunjukkan nilai signifikansi masing-masing sebesar 0,189 dan 0,071, yang keduanya berada di atas ambang batas 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas dalam analisis ini telah terpenuhi.

## 3. Uji Linearitas

**Tabel 2.** Hasil Uji Linearitas

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	2860,902	28	102,175	0,869	0,639
	Linearity	867,875	1	867,875	7,383	0,015
	Deviation from Linearity	1993,027	27	73,816	0,628	0,864
Within Group		1998,250	17	117,544		
Total		4859,152	45			

Berdasarkan hasil uji linearitas yang ditampilkan pada tabel di atas, nilai signifikansi pada bagian "*Deviation from Linearity*" adalah 0,864, yang melebihi angka 0,05. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat linier antara variabel *Game Online Mobile Legends* dan konsentrasi belajar. Dengan demikian, asumsi linearitas dalam analisis ini telah terpenuhi.

4. Uji Hipotesis

1. Uji T

Tabel 4. Hasil Uji T

	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Mobile Legends – Konsentrasi Belajar	-32.9348	15.8207	2.3282	-37.6273	-28.2423	-11.8831	45	0

Berdasarkan hasil uji *t* yang tercantum pada tabel di atas, diperoleh nilai selisih rata-rata sebesar -32,9348, dengan standar deviasi 15,8207 dan nilai standar error mean 2,3282. Interval kepercayaan 95% untuk selisih rata-rata berada pada kisaran -37,6273 hingga -28,2423, yang sepenuhnya berada di bawah angka nol. Nilai *t hitung* tercatat sebesar -11,8831 dengan derajat kebebasan (df) 45 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Temuan ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel *Mobile Legends* dan tingkat konsentrasi belajar. Dengan kata lain, semakin tinggi intensitas bermain *Mobile Legends*, semakin menurun tingkat konsentrasi belajar siswa secara signifikan. Hasil ini memperkuat indikasi bahwa terdapat pengaruh negatif yang nyata dari permainan *Mobile Legends* terhadap konsentrasi belajar pada sampel responden yang diteliti.

2. Uji F

Tabel 5. Hasil Uji F

ANOVA <sup>a</sup>					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 (Regression)	6347.478	45	141.0551	1.3063	0.187
Residual	4859.152	45	107.9812		
Total	11206.63	91			
a. Dependent Variable: Konsentrasi Belajar					
b. Predictors: (Constant), Mobile Legends					

Hasil uji ANOVA yang ditampilkan pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai **F** sebesar **1,3063** dengan tingkat signifikansi (**Sig.**) sebesar **0,187**. Karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan varians yang signifikan antara variabel *Mobile Legends* sebagai prediktor dan variabel *Konsentrasi Belajar* sebagai variabel dependen. Temuan ini mengindikasikan bahwa varians antar kelompok data bersifat homogen atau seragam, sehingga asumsi mengenai homogenitas varians telah terpenuhi. Dengan demikian, model regresi yang digunakan untuk menguji pengaruh *Mobile Legends* terhadap konsentrasi belajar dinilai sesuai dan layak untuk analisis lanjutan. Selain itu, nilai *Mean Square* untuk regresi sebesar **141,0551** dan *Mean Square* residual sebesar **107,9812**, serta total *Sum of Squares* sebesar **11.206,63**, mengindikasikan bahwa penyebaran data antar kelompok tidak menunjukkan deviasi yang besar, sehingga hasil analisis dapat diinterpretasikan dengan tingkat reliabilitas yang baik.

## 5. Regresi Linear Sederhana

**Tabel 6.** Hasil Regresi Linear Sederhana

	Coef.	Std.Error	T	Sig.
(Constant)	103,448	6,312	16,389	0,000
<i>Game Online Mobile Legends</i>	-0,370	0,120	-3,039	0,003

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh bahwa variabel *Game Online Mobile Legends* memiliki tingkat signifikansi sebesar **0,003**, yang berada di bawah ambang batas 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa *Game Online Mobile Legends* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Dari analisis tersebut, diperoleh model persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 103,448 - 0,370X$$

Persamaan ini dapat diartikan bahwa nilai konstanta sebesar **103,448** menunjukkan bahwa jika siswa tidak bermain *Mobile Legends* (nilai variabel  $X = 0$ ), maka skor konsentrasi belajar diperkirakan sebesar 103,448. Adapun koefisien regresi sebesar **-0,370** mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam intensitas bermain *Mobile Legends* akan menurunkan skor konsentrasi belajar siswa sebesar **0,370 poin**. Dengan demikian, semakin tinggi frekuensi bermain game ini, maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar yang dimiliki oleh siswa.

## 6. Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R<sup>2</sup>)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,425 <sup>a</sup>	,180	,161	9,509

a. Predictors: (Constant), X

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa nilai R<sup>2</sup> sebesar 0,180, yang menunjukkan bahwa variabel game online *Mobile Legends* memberikan kontribusi sebesar 18% terhadap variasi dalam konsentrasi belajar siswa. Sementara itu, sisanya sebesar 82% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel tersebut. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,161 mencerminkan penyesuaian terhadap jumlah variabel bebas dalam model, dan meskipun tergolong lemah, tetap menunjukkan adanya pengaruh yang berarti. Selain itu, nilai R sebesar 0,425 mengindikasikan hubungan positif dengan kekuatan sedang antara variabel intensitas bermain *Mobile Legends* (variabel X) dan konsentrasi belajar (variabel dependen). Adapun nilai Standard Error of the Estimate sebesar 9,509 menggambarkan rata-rata kesalahan prediksi dari model regresi yang dibentuk, yang menunjukkan tingkat deviasi hasil prediksi terhadap nilai aktual.

## 7. Hasil Pengukuran Variabel

### 7.1 Hasil Pengukuran Variabel Game Online Mobile Legend (X)

Tabel 8. Hasil Pengukuran Variabel Game Online Mobile Legend (X)

Game Online Mobile Legend (X)					
Aspek	Indikator	Jumlah	Skor Maks	%	% Rata-rata
Tolerance (Menurunnya Apresiasi terhadap Hal Lain)	Durasi dan Kepuasan Bermain	130	230	57%	54%
	Keinginan untuk Terus Bermain	120	230	52%	
	Perubahan dalam Waktu Bermain	119	230	52%	
124		230	54%		
Orientasi Penampilan	Prioritas kegiatan sehari-hari	101	230	44%	45%
		95	230	41%	
	Kemampuan untuk mengendalikan diri	98	230	43%	
		117	230	51%	

		102	230	44%	
Gejala Putus (Withdrawal Symptoms)	Kecemasan dan Ketidaknyamanan Emosional	82	230	36%	38%
		81	230	35%	
	Konsentrasi dan Fokus pada Aktivitas Lain	91	230	40%	
	Persepsi terhadap Kebosanan dan Ketertarikan	87	230	38%	
		93	230	40%	
Masalah Kesehatan (Health-related Problems)	Kualitas Tidur	104	230	45%	46%
		94	230	41%	
	Kesehatan Fisik dan Mental saat Bermain	146	230	63%	
		102	230	44%	
	Pengaruh terhadap Aktivitas Sehari-hari	81	230	35%	
Manajemen Waktu (Time Management)	Kesadaran Waktu saat Bermain	106	230	46%	44%
	Kedisiplinan dalam pengelolaan waktu belajar atau akademik	107	230	47%	
		Keterlibatan dalam aktivitas produktif selain bermain	91	230	
	97		230	42%	

Tabel di atas menyajikan hasil pengukuran variabel *Game Online Mobile Legends* (X) yang dianalisis melalui lima dimensi utama, yaitu Tolerance, Orientasi Penampilan, Gejala Putus (Withdrawal Symptoms), Masalah Kesehatan, dan Manajemen Waktu. Aspek *Tolerance*, yang menggambarkan penurunan minat terhadap aktivitas lain, mencatat persentase rata-rata tertinggi sebesar 54%, menunjukkan bahwa pemain cenderung terus bermain meskipun terjadi perubahan dalam durasi dan frekuensi bermain. Aspek *Orientasi Penampilan* memiliki rata-rata 45%, mencerminkan mulai terganggunya prioritas dalam aktivitas harian dan kontrol diri. *Withdrawal Symptoms* memperoleh rata-rata 38%, yang menunjukkan munculnya perasaan cemas dan kesulitan berkonsentrasi saat tidak bermain, meskipun intensitasnya masih tergolong sedang. Sementara itu, aspek *Masalah Kesehatan* menunjukkan rata-rata 46%, mengindikasikan adanya dampak nyata terhadap kualitas tidur serta kesehatan fisik dan mental akibat aktivitas bermain. Terakhir, aspek *Manajemen Waktu* berada pada rata-rata 44%, memperlihatkan tantangan dalam mengatur waktu secara disiplin serta menyeimbangkan aktivitas produktif di luar permainan. Secara keseluruhan, hasil ini memperlihatkan

bahwa penggunaan *Mobile Legends* berdampak signifikan terhadap berbagai aspek perilaku dan kondisi kesehatan pemainnya.

### 7.2 Hasil Pengukuran Variabel Konsentrasi Belajar (Y)

**Tabel 9.** Hasil Pengukuran Variabel Konsentrasi Belajar (Y)

Konsentrasi Belajar (Y)					
Aspek	Indikator	Jumlah	Skor Maks	%	% Rata-rata
Pemusatan Pikiran	Kemampuan untuk Fokus terhadap pelajaran	186	230	81%	71%
		158	230	69%	
	Kemampuan untuk mempertahankan konsentrasi selama proses belajar	157	230	68%	
		145	230	63%	
Motivasi	Dorongan atau motivasi untuk mengejar prestasi akademik	173	230	75%	81%
		198	230	86%	
	Dorongan atau motivasi untuk menguasai materi pembelajaran	174	230	76%	
Rasa Khawatir	Kekhawatiran terhadap Kinerja Akademik	186	230	81%	74%
		149	230	65%	
	Kekhawatiran terhadap Pemahaman Materi	180	230	78%	
Perasaan Tertekan	Tekanan dari Faktor Eksternal	180	230	78%	72%
		139	230	60%	
		181	230	79%	
	Tekanan dari Faktor Internal	157	230	68%	
Gangguan Kepanikan	Gangguan Kepanikan dalam Situasi Ujian	188	230	82%	72%
	Gangguan Kepanikan dalam Situasi Interaksi di Kelas	177	230	77%	
		151	230	66%	
	Kesiapan dalam Mengikuti Kegiatan Belajar	160	230	70%	
		175	230	76%	
		178	230	77%	
Perencanaan dan Tanggung Jawab Belajar	175	230	76%		
	167	230	73%		
		149	230	65%	

Tabel di atas menyajikan hasil pengukuran variabel Konsentrasi Belajar (Y) yang terdiri dari lima dimensi utama, yaitu Pemusatan Pikiran, Motivasi, Rasa Khawatir,

Perasaan Tertekan, dan Gangguan Kepanikan. Dari kelima aspek tersebut, *Motivasi* menunjukkan persentase rata-rata tertinggi, yakni sebesar 81%, yang mencerminkan adanya dorongan kuat dari siswa untuk mencapai keberhasilan akademik dan memahami materi pelajaran secara optimal. Aspek *Rasa Khawatir* berada di posisi berikutnya dengan rata-rata 74%, diikuti oleh *Perasaan Tertekan* dan *Gangguan Kepanikan*, masing-masing sebesar 72%, yang mengindikasikan bahwa meskipun siswa memiliki motivasi tinggi, mereka tetap mengalami tekanan psikologis dan kecemasan yang cukup besar selama proses pembelajaran. Aspek *Pemusatan Pikiran* mencatat rata-rata 71%, yang menandakan bahwa fokus belajar siswa berada pada tingkat yang cukup baik, namun masih memungkinkan untuk ditingkatkan. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa meskipun semangat belajar siswa tergolong tinggi, berbagai faktor emosional seperti stres dan gangguan kecemasan tetap menjadi tantangan yang memengaruhi kualitas konsentrasi belajar mereka.

## Pembahasan

### 1. Dampak Bermain Game *Mobile Legends* terhadap Konsentrasi Belajar Siswa.

Hasil analisis statistik dalam penelitian ini menunjukkan temuan penting terkait pengaruh game online *Mobile Legends* terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Pagaram. Uji *t-test* digunakan untuk mengetahui perbedaan rerata antara intensitas bermain game dengan konsentrasi belajar siswa. Diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan secara statistik antara kedua variabel. Nilai *mean difference* sebesar -32,9348 memperlihatkan bahwa semakin tinggi frekuensi bermain *Mobile Legends*, semakin rendah tingkat konsentrasi siswa. Hal ini diperkuat dengan rentang interval kepercayaan 95% yang seluruhnya berada di bawah nol, yaitu antara -37,6273 hingga -28,2423, yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat.

Lebih lanjut, analisis regresi linear sederhana mengungkapkan koefisien regresi sebesar -0,370 dengan signifikansi 0,003, yang mempertegas adanya pengaruh negatif yang signifikan antara intensitas bermain dan konsentrasi belajar. Konstanta sebesar 103,448 menunjukkan bahwa jika siswa tidak bermain *Mobile Legends*, maka skor konsentrasi belajarnya diperkirakan berada pada angka tersebut. Nilai  $R^2 = 0,180$  mengindikasikan bahwa sebesar 18% variasi dalam konsentrasi belajar dapat dijelaskan oleh intensitas bermain game, sementara 82% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar

model. Nilai Adjusted  $R^2 = 0,161$  menunjukkan stabilitas model meskipun hanya menggunakan satu prediktor, dan nilai  $R = 0,425$  mencerminkan hubungan negatif dengan kekuatan sedang.

Temuan ini selaras dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penggunaan game secara berlebihan dapat mengganggu kemampuan atensi dan fokus siswa dalam proses pembelajaran. Kegiatan bermain game yang intens dapat mengurangi waktu belajar, menurunkan kualitas tidur, meningkatkan kelelahan mental, serta memicu distraksi dalam kelas. Siswa juga menunjukkan penurunan motivasi belajar karena lebih tertarik mengejar pencapaian dalam game dibandingkan meraih prestasi akademik.

Kecanduan terhadap game *Mobile Legends* terbukti tidak hanya memengaruhi kognisi, tetapi juga aspek sosial dan emosional siswa. Beberapa siswa bahkan menunjukkan perilaku agresif dan kehilangan kontrol diri saat terganggu, serta mengalami keterikatan emosional terhadap permainan. Hal ini diperparah oleh desain game yang kompetitif dan bersifat adiktif, yang membuat pemain sulit melepaskan diri dan mengabaikan tanggung jawab akademik. Di sisi lain, meskipun terdapat beberapa studi yang menunjukkan manfaat positif seperti pengembangan keterampilan berpikir kritis dan kolaborasi tim, manfaat tersebut tidak cukup kuat untuk menutupi dampak negatif yang ditimbulkan jika permainan dilakukan secara berlebihan.

Untuk itu, diperlukan peran aktif dari berbagai pihak, seperti guru, orang tua, dan pemerintah dalam mengedukasi siswa tentang manajemen waktu, risiko kecanduan game, dan pentingnya menjaga keseimbangan antara hiburan digital dan kewajiban akademik. Strategi yang bisa diterapkan antara lain adalah pengawasan waktu bermain, peningkatan literasi digital, serta pengembangan program pembelajaran yang menarik agar mampu menyaingi ketertarikan siswa terhadap game online.

## 2. Faktor yang Mempengaruhi Intensitas Bermain Game Online.

Banyak faktor yang mendorong tingginya intensitas bermain game *Mobile Legends*, yang secara tidak langsung turut memperkuat dampaknya terhadap penurunan konsentrasi belajar siswa. Berdasarkan wawancara dan data lapangan, diketahui bahwa sebagian besar siswa menghabiskan waktu lebih dari dua jam per hari untuk bermain game ini durasi yang signifikan jika dibandingkan dengan waktu belajar di luar sekolah.

Dari hasil pengukuran, aspek *tolerance* menjadi indikator dominan dalam variabel game, dengan rata-rata 54%, yang menunjukkan gejala adiksi awal, yakni penurunan

sensitivitas terhadap aktivitas lain dan dorongan untuk terus bermain meskipun durasi bermain meningkat. Disusul oleh masalah kesehatan (46%) dan manajemen waktu (44%), yang menggambarkan gangguan pada pola tidur, kelelahan, serta ketidakmampuan mengontrol waktu belajar secara efektif.

Meskipun aspek *withdrawal symptoms* (38%) masih tergolong rendah, hal ini tetap menjadi sinyal bahwa sebagian siswa mulai menunjukkan ketergantungan emosional terhadap permainan. Daya tarik game ini yang menantang serta menumbuhkan semangat kompetisi, strategi, dan kerja sama tim membuat siswa betah bermain dan lupa akan tanggung jawab akademik.

Gangguan tidur merupakan salah satu dampak paling nyata. Bermain hingga larut malam menyebabkan siswa kelelahan keesokan harinya dan mengalami kesulitan fokus di kelas. Gangguan ini menghambat pemrosesan informasi dan pemahaman materi pelajaran. Tak hanya itu, tekanan psikologis akibat persaingan dalam game dan kurangnya pengelolaan stres membuat siswa sulit berkonsentrasi meskipun memiliki motivasi belajar tinggi.

Data menunjukkan bahwa motivasi siswa berada di angka 81%, namun dibarengi dengan tingkat rasa khawatir, tekanan, dan kepanikan yang tinggi (di atas 70%). Kondisi ini memperkuat bahwa faktor emosional menjadi tantangan besar dalam menjaga fokus belajar. Banyak siswa secara fisik hadir di kelas, tetapi pikirannya masih tertuju pada strategi permainan, hasil pertandingan sebelumnya, atau bahkan memikirkan peringkat dalam game. Beberapa siswa juga menunjukkan reaksi impulsif dan emosional saat terganggu, seperti berbicara kasar.

Selain itu, siswa lebih antusias mengejar prestasi dalam game daripada keberhasilan akademik. Banyak yang merasa bangga ketika berhasil naik peringkat atau mendapatkan item langka dalam game, namun kurang tertarik terhadap pencapaian belajar. Hal ini menunjukkan pergeseran fokus dan prioritas yang berdampak negatif terhadap kinerja akademik.

Faktor lingkungan juga turut memengaruhi, terutama komunikasi dalam keluarga dan pengawasan dari sekolah. Kurangnya pengawasan orang tua, minimnya literasi digital, serta absennya batasan penggunaan perangkat, membuat siswa bebas mengakses game kapan pun. Sistem penghargaan dan pembaruan dalam game juga membuat pemain

semakin terikat. Ketika tidak ada pembatasan, siswa cenderung mengabaikan tugas-tugas belajar.

Implikasi dari temuan ini sangat jelas: bermain game *Mobile Legends* berdampak pada waktu belajar, kesehatan fisik dan mental, serta fungsi sosial siswa. Oleh karena itu, guru perlu membekali siswa dengan edukasi digital, sementara orang tua harus menetapkan batasan penggunaan perangkat dan mendorong keterlibatan anak dalam aktivitas yang lebih bermanfaat. Sekolah dapat mengembangkan kurikulum literasi digital dan pemerintah perlu mengatur regulasi penggunaan teknologi secara bijak.

Game seperti *Mobile Legends* dapat memberi manfaat jika digunakan dengan tepat. Namun, tanpa kontrol dan bimbingan, dampaknya terhadap prestasi akademik bisa sangat merugikan. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan negara menjadi kunci dalam membentuk lingkungan digital yang sehat, agar game tidak menjadi ancaman, melainkan sarana pengembangan diri yang positif.

## SIMPULAN

Intensitas bermain game online *Mobile Legends* terbukti memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Pagar Alam. Semakin sering siswa memainkan game ini, semakin rendah pula kemampuan mereka dalam mempertahankan fokus saat belajar. Hal ini dibuktikan melalui uji *t-test* yang menghasilkan nilai signifikansi di bawah 0,05, serta hasil regresi linear sederhana yang menunjukkan koefisien regresi bernilai negatif. Artinya, setiap peningkatan intensitas bermain *Mobile Legends* akan disertai dengan penurunan skor konsentrasi belajar siswa. Penurunan ini terjadi melalui berbagai mekanisme yang saling berkaitan, seperti berkurangnya waktu belajar karena siswa lebih banyak menghabiskan waktu bermain daripada mengulang materi atau mengerjakan tugas. Selain itu, kebiasaan bermain hingga larut malam mengganggu pola tidur, menyebabkan kelelahan dan rasa kantuk saat mengikuti pelajaran di keesokan harinya.

Game ini juga memicu gangguan mental di kelas, di mana pikiran siswa sering kali teralihkan untuk memikirkan strategi permainan atau hasil pertandingan, sehingga perhatian terhadap materi pelajaran menjadi terganggu. Motivasi belajar pun menurun karena siswa lebih terdorong untuk meraih keberhasilan dalam permainan daripada mengejar prestasi akademik. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang

menunjukkan bahwa kecanduan terhadap game online berdampak signifikan terhadap penurunan fokus dan konsentrasi belajar siswa. Bermain *Mobile Legends* secara berlebihan terbukti secara nyata menurunkan konsentrasi belajar siswa di lingkungan sekolah.

Secara kuantitatif, intensitas bermain game *Mobile Legends* berkontribusi sekitar 18% terhadap variasi tingkat konsentrasi belajar siswa, sementara 82% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar model ini. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,161 menunjukkan bahwa kontribusi variabel bebas tetap relevan meskipun hanya memiliki kekuatan yang relatif lemah. Nilai R sebesar 0,425 menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan sedang antara intensitas bermain game dan penurunan konsentrasi. Sementara itu, nilai Standard Error of the Estimate sebesar 9,509 mencerminkan rata-rata tingkat kesalahan dalam prediksi model regresi. Dengan demikian, meskipun bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi, game *Mobile Legends* tetap menjadi variabel yang signifikan dan perlu mendapat perhatian khusus dalam rangka meningkatkan konsentrasi belajar siswa di sekolah.

## REFERENSI

- Ajis, H., Zahrah, R. F., & Mahendra, H. H. (2024). Analisis Pengaruh Game Online Mobile Legends Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas V Di SDN Cibunigeulis 1. *Jurnal Pendidikan Rafflesia*, 3(1), 63–72.
- Alsaad, dkk. (2022). Impact of action video gaming behavior on attention, anxiety, and sleep among university students. *Psychology Research and Behavior Management*, 151–160.
- Alzaharani, A. K. D., & Griffiths, M. D. (2024). Problematic gaming and students' academic performance: A systematic review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1–34.
- Annur Mutia, C. (2022). *Survei: Mayoritas Warga RI Tidak Pernah Main Game Online*. <https://databoks.katadata.co.id/index.php/teknologi-telekomunikasi/statistik/62ac7def3e587c3/survei-mayoritas-warga-ri-tidak-pernah-main-game-online>
- Aviso, dkk. (2020). Impact on the Behavior of Students due to Online technology Gaming and Its Effect on their Academic Performance.
- Bezaleel, Surbakti Surbakti, I. (2023). Pengaruh Game Online Mobile Legends Terhadap Motivasi Belajar Siswa Siswi Smp Marisi: Pengaruh Game Online Mobile Legend Terhadap Motivasi Belajar Siswa Siswi SMP Marisi. *Indonesia Journal of Mechanical Electronics Computer and Industrial Technologies (IJMECIT)*, 1(1), 16–26.

- Bustamam, N., Shafera, E., & Rosita, D. (2025). The Influence of Mobile Legends Online Gaming Intensity on Learning Motivation among Junior High School Students. *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 9(2), 118–124.
- Ericson, A. G., & Suherman, E. (2024). Dampak Game Mobile Legends Terhadap Motivasi Belajar Remaja Di Desa Curug. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Digital*, 2(1), 284–290.
- Fathurohim, F., & Mulyah, P. (2023). Pengaruh Game Online terhadap Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Asy-Syukriyyah*, 24(2), 143–151.
- Griffiths, M. (2005). A ‘Components’ Model Of Addiction Within A Biopsychosocial Framework. *Journal Of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/1465989050011435>.
- Ishaq, N. (2024). The Association between Video Gaming and Cognitive Abilities: Attention, Memory and Problem Solving in Youth. *Annals of Human and Social Sciences*, 5(3), 234–244.
- Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9.
- Kostić, J. O., & Randelović, K. R. (2022). Digital distractions: Learning in multitasking environment. *Psychological Applications and Trends*, 301–304.
- López-Fernández, dkk. (2021). The role of violent video game exposure, personality, and deviant peers in aggressive behaviors among adolescents: A two-wave longitudinal study. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(1), 32–40.
- Masrukin, A., & Wasito, W. (2024). Dampak Game Online Mobile Legends Terhadap Kepribadian Sosial Siswa. *CONS-IEDU*, 4(2), 368–378.
- rasetyo, A., Rondli, W. S., & Ermawati, D. (2023). Dampak Permainan Game Online Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio Fkip Unma*, 9(1), 333–340.
- Sulaiman, S. (2024). *Indonesia Vows To Crack Down On “Blood Sucking” Online Gambling*. Reuters. <https://www.reuters.com/technology/indonesia-vows-crack-down-blood-sucking-online-gambling-2024-06-14/>
- YBKB. (2024). *Waspada Adiksi Game Online - Yayasan Bangun Kecerdasan Bangsa*. <https://www.ybkb.or.id/waspada-adiksi-game-online/>