

**PENGARUH GAME ONLINE MOBILE LEGENDS BANG BANG
TERHADAP MOTIVASI BELAJAR DAN KUALITAS TIDUR
MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**
*THE EFFECT OF THE ONLINE GAME MOBILE LEGENDS BANG BANG
ON LEARNING MOTIVATION AND SLEEP QUALITY OF STUDENTS OF
GORONTALO STATE UNIVERSITY*

Muhammad Son Dadu¹, Faradila Adam², Almarif Tangahu³
¹²³Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia
Kontak Koresponden : sondadu894@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang pengaruh *game online* mobile legends bang bang terhadap motivasi belajar dan kualitas tidur mahasiswa universitas negeri Gorontalo. Dengan bertujuan untuk menganalisis pengaruh permainan *game online* Mobile Legends Bang Bang terhadap motivasi belajar dan kualitas tidur mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang mengedepankan pendekatan korelasional. Sampel terdiri dari 100 mahasiswa dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan angket intensitas penggunaan *game*, motivasi belajar, dan kualitas tidur. Hasil analisis menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antara permainan Mobile Legends terhadap motivasi belajar. Semakin tinggi intensitas bermain, semakin menurun motivasi belajar dan kualitas tidur mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan *game online* secara berlebihan berpotensi memengaruhi aktivitas akademik dan kesehatan mahasiswa.

Kata Kunci: *game online*, Mobile Legends Bang Bang, motivasi belajar, kualitas tidur, mahasiswa.

ABSTRACT

This study discusses the influence of the online game mobile legends bang bang on learning motivation and sleep quality of students at the State University of Gorontalo. With the aim of analyzing the influence of the online game Mobile Legends Bang Bang on learning motivation and sleep quality of students at the State University of Gorontalo. This study uses a quantitative method that emphasizes a correlational approach. The sample consisted of 100 students using a purposive sampling technique. The data collection technique in this study was carried out using a questionnaire on the intensity of game use, learning motivation, and sleep quality. The results of the analysis showed that there was a significant influence between the Mobile Legends game on learning motivation, the higher the intensity of playing, the lower the learning motivation and sleep quality of students. These findings indicate that excessive use of online games has the potential to affect students' academic activities and health.

Keywords: *online games, Mobile Legends Bang Bang, learning motivation, sleep quality, students.*

Pendahuluan

Zaman sekarang dunia terus menghadapi perubahan di bidang sains dan teknologi. Setiap aspek kehidupan telah diubah oleh perkembangan yang semakin pesat dalam bidang ilmu dan teknologi hal tersebut dapat menghasilkan produk teknologi yang memungkinkan manusia memanfaatkan ilmu pengetahuan, pendidikan, kesehatan dan hiburan. *Internet* dan *handphone* adalah hasil dari perkembangan teknologi. Menurut Satrianawat (dalam Alfatimah, 2022) *Handphone* adalah perangkat komunikasi berbasis audio-visual yang memainkan peran krusial dalam aktivitas sehari-hari serta dilengkapi dengan berbagai macam fitur canggih, juga berperan sbagai wadah untuk mengakses infomasi, hiburan, dan berbagai layanan digital. Salah satu jenis hiburan yang sedang populer adalah *game*. *Game* dapat dibedakan menjadi dua jenis utama berdasarkan konektivitasnya. Jenis pertama *game offline*, yaitu permainan dijalankan lewat ponsel meski memerlukan akses internet, sehingga bisa dinikmati kapan saja tanpa tergantung pada jaringan. (Ondang et al., 2020).

Game online yaitu sebuah fasilitas berbagai permainan menarik dan hanya dapat diakses dengan adanya koneksi internet. Permainan ini dapat dimainkan melalui perangkat teknologi seperti laptop atau *handphone* yang terhubung ke jaringan (Afiani, 2020). *Game online* yaitu bentuk replikasi permainan Rekaman visual yang bisa diputar melalui berbagai Alat, seperti komputer, dengan syarat adanya Jaringan internet (Prasetya, 2020). Moonton adalah perusahaan pengembang game yang berbasis di Shanghai, China. Perusahaan tersebutlah yang yang membuat dan mengembangkan Mobile. Jutaan orang seluruh dunia bermain *game online* ini. Game ini sudah melewati 100 juta unduhsn *Play Store* bulan maret 2018. Berarti bahwa sejak peluncurannya di seluruh dunia pada 11 Juli 2016, *game* ini telah diinstal pada 100 juta lebih perangkat *smartphone*. (Yogatama, 2019)

Mobile Legends Bang Bang (MLBB) adalah contoh nyata terhadap pesatnya kemajuan teknologi elektronik pada zaman globalisasi, *game online* ini sangat terkenal dan disukai baanyak kalangan. Berdasarkan data dari activeplayer.io, 2023, pengguna rutin Mobile Legends setiap bulan berjumlah 81 juta pengguna (Makarawung et al., 2023). Mobile Legends adalah game MOBA yang diterbitkan oleh Moonton. *game* ini dimainkan dalam kelompok berskala kecil yang berjumlahkan lima orang. (mokodensoho et al., 2024). Mobile Legends Bang Bang (MLBB) adalah contoh nyata terhadap pesatnya kemajuan teknologi elektronik pada zaman globalisasi. Mobile legend di artikan game bergenre menuntut kerja sama yang solid antar pemain dalam satu tim untuk mencapai kemenangan. (Wahyudy, 2020)

Secara psikologis, seseorang yang terlalu fokus pada permainan dapat mengalami pola pikir yang terus-menerus terpusat pada game yang sedang dimainkan. Ketertarikan yang tinggi serta kesenangan dalam bermain Mobile Legends: Bang Bang sering kali membuat pemain kehilangan kesadaran akan waktu dan mengabaikan berbagai aktivitas penting di dunia nyata (Nasution, 2018). Motivasi belajar merupakan keseluruhan pendorong psikologis yang dimiliki oleh seorang murid didorong untuk berperan aktif dalam proses belajar. Dorongan ini bukan hanya membuat siswa berpartisipasi dalam kegiatan belajar, namun, juga menetapkan tujuan yang jelas. Salah satu pola hidup remaja yaitu dengan menggunakan *smartphone* yang berlebihan, bahkan lebih lama

dari enam hingga delapan jam setiap hari sehingga hal tersebut dapat menyebabkan ketergantungan dan gangguan tidur (Chaidirman et al., 2019). Salah satu penyebab bisa menimbulkan buruknya kualitas tidur yaitu ketergantungan terhadap game online. Pemain game dapat menjadi kecanduan tidak dapat dikontrol, yang pada akhirnya akan membuat mereka lalai terhadap kegiatan lain, seperti tidur atau beristirahat. (Tunepe, 2022)

Berdasarkan pengamatan peneliti, terlihat langsung para mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo (UNG) bermain di area kampus untuk mengisi waktu kosong atau untuk menaikan mereka. Terkadang para mahasiswa tersebut memaklumkan hal-hal lain yang lebih penting karena terlalu asyik dan serius bermain. Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo menunjukkan minat yang tinggi terhadap *game* Mobile Legends Bang Bang. Aktivitas bermain *game* ini kerap dilakukan di lingkungan kampus pada waktu luang. Namun, keterlibatan yang berlebihan sering kali menyebabkan penurunan motivasi belajar dan gangguan pada kualitas tidur. Hal ini memunculkan kekhawatiran terhadap dampak jangka panjang yang ditimbulkan oleh kebiasaan tersebut.

Berdasarkan latar belakang ini, penelitian bertujuan untuk menganalisis pengaruh Mobile Legends Bang Bang terhadap motivasi belajar dan kualitas tidur mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi untuk memahami dampak pemakaian game online secara lebih mendalam, serta memberikan masukan bagi mahasiswa, dosen, dan pihak terkait untuk mengelola penggunaan teknologi secara bijak.

Metode

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Gorontalo (UNG), yang terletak di Jl. Jend. Sudirman No.6, Kota Gorontalo, dengan pertimbangan bahwa banyak mahasiswa UNG yang memainkan *game online* Mobile Legends Bang Bang. Waktu penelitian akan dimulai setelah proposal diseminarkan. Penelitian ini menggunakan kuantitatif berbasis positivisme, dengan analisis statistik untuk menguji hipotesis berdasarkan data yang dikumpulkan dari populasi atau sampel tertentu (Sugiyono, 2022). Kuantitatif ini menerapkan pendekatan korelasional, yaitu metode yang menilai tingkat ketertarkaitan melalui perhitungan koefisien korelasi (Sahir, 2022)

Populasi penelitian ini mencakup seluruh mahasiswa aktif Universitas Negeri Gorontalo yang berjumlah 27.305 orang, sedangkan sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah 100 mahasiswa laki-laki. Untuk pengumpulan data, dua teknik digunakan, yaitu angket/kuesioner. menurut Arikunto menyatakan bahwa angket merupakan sekumpulan pertanyaan yang digunakan sebagai alat untuk memperoleh informasi dari responden memberikan jawaban yang berkaitan dengan dirinya sendiri maupun aspek lain yang berhubungan dengan topik penelitian (Nugroho, 2018). Instrumen penelitian berupa angket yang disusun dengan menggunakan Skala Likert untuk mengukur variabel *Mobile Legends* dan motivasi belajar, serta Skala Nominal untuk kualitas tidur (Suyono, 2018)

Data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Test dan uji linearitas untuk menentukan hubungan antar variabel. Terakhir, untuk

menguji hipotesis, dilakukan analisis regresi linear sederhana, Model regresi linear sederhana adalah suatu pendekatan model probabilistik menggambarkan keterhubungan linear antara dua variabel, di mana sebuah variabel dipandang memiliki pengaruh terhadap variabel lainnya. Variabel yang berpengaruh ialah variabel independen, sedangkan variabel yang terpengaruh disebut variabel dependen yang akan menguji pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Suyono, 2018). Jika nilai signifikan lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif diterima, dan jika lebih besar, hipotesis alternatif ditolak.

Hasil

Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh melalui pengisian kuesioner yang disebarkan pada mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 100 responden yang masih bermain *Game online* Mobile Legends Bang Bang. Hasil penelitian akan dijelaskan sebagai berikut :

1. Pengaruh *Game Online* Mobile Legends Bang Bang terhadap Motivasi Belajar

Tabel 1. Hasil pengujian Regresi Sederhana

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	86.031	3.482		24.709	.000
	Game Mobile Legends	-.564	.066	-.654	-8.559	.000

a. Dependent Variable: Motivasi Belajar

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai t hitung adalah 27,709 dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, model regresi digunakan untuk menyatakan adanya pengaruh variabel Game Online (X) terhadap variabel motivasi belajar (Y1). Nilai konstanta yang tercantum dalam tabel adalah 86.031, yang berarti bahwa nilai koefisien untuk variabel Motivasi Belajar adalah 86.031. Sementara itu, koefisien regresi game online mobile legends sebesar -0,564 yang mengandung nilai negative.

2. Pengaruh *Game Online Mobile Legends Bang Bang* terhadap Kualitas Tidur

Tabel 2. Hasil pengujian Regresi Sederhana
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	8.034	.578		13.902	.000
	Game Mobile Legends	.037	.011	.321	3.355	.001

a. Dependent Variable: Kualitas Tidur

Dari tabel diatas Dari hasil tersebut, nilai t hitung adalah 13,902 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa model regresi dapat digunakan untuk menyatakan adanya pengaruh variabel *Game Online* (X) terhadap variable Kualitas Tidur (Y2). Dan nilai konstanta pada tabel diatas adalah 8.034 yang artinya, nilai koefisien untuk variabel Motivasi Belajar adalah 8.034. Sementara itu, koefisien regresi game online mobile legends sebesar 0,037 yang mengandung nilai positif

Pembahasan

1. Pengaruh *Game Online Mobile Legends Bang Bang* Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo

Hasil penelitian ini Menyatakan bahwa game online *Mobile Legends Bang Bang* memiliki pengaruh negatif serta signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo dengan Tingkat pengaruh sebesar 42,8%. Ini menggambarkan bahwa semakin meningkat tingkat penggunaan *Game Online Mobile Legends Bang Bang* maka akan lebih buruk pula motivasi belajar mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo.

Mahasiswa yang berlebihan bermain *Game Online Mobile Legends* menunjukkan penurunan motivasi belajar. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan negatif antara *Game Online* dan Motivasi Belajar ($0,000 < 0,05$). Berdasarkan kuesioner yang dibagikan kepada 100 mahasiswa rata-rata mahasiswa bermain *game online mobile legends* lebih dari satu sebanyak 77% dan 73% mahasiswa bermain *game online Mobile Legends* setidaknya sekali dalam satu hari.

2. Pengaruh *Game Online Mobile Legends Bang Bang* Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo

Hasil penelitian membuktikan permainan *Game Online Mobile Legends* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kualitas tidur mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo

dengan Tingkat pengaruh sebesar 10,3%. Ini menggambarkan bahwa semakin tinggi tingkat penggunaan Game Mobile Legends Bang Bang akan sangat buruk pula kualitas tidur mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo.

Mahasiswa yang kecanduan *game online* Mobile Legends menunjukkan penurunan kualitas tidur. Hasil analisis regresi menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Game Online Mobile Legends dan kualitas tidur. ($0,000 < 0,05$). Berdasarkan kuesioner yang dibagikan kepada 100 mahasiswa, sekitar 46% mahasiswa tidur antara 5-6 jam dan sekitar 63% mahasiswa memiliki kualitas tidur yang kurang dalam seminggu terakhir. Salah satu penyebab buruknya kualitas tidur mahasiswa adalah penggunaan perangkat elektronik atau gadget.

3. Pengaruh Game Online Mobile Legends Bang Bang Terhadap Motivasi Belajar dan Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo

Secara bersamaan *game online* Mobile Legends Bang Bang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar sebesar 42,8% dan kualitas tidur 10,3% kepada mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo. Berdasarkan Kuesioner yang dibagikan kepada 100 mahasiswa 90% mahasiswa sering bermain *game online* Mobile Legends, yang menyebabkan penurunan motivasi belajar dan buruknya kualitas tidur mahasiswa. Rata-rata mahasiswa tidur pada jam 01:00 yakni sebesar 17% dan 16% lainnya tidur pada pukul 00:00.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, dan pembahasan disampaikan dapat disimpulkan bahwasanya terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X (*Game Online Mobile Legends Bang Bang*) dengan variabel Y1 (Motivasi Belajar) dan Y2 (Kualitas Tidur) pada mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo. Nilai t hitung untuk hubungan antara variabel X dan Y1 adalah 24,709, sementara antara variabel X dan Y2 adalah 13,902, dengan nilai signifikan 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, terdapat pengaruh yang signifikan. Nilai korelasi antara variabel X dan Y1 adalah 0,654, dan antara variabel X dan Y2 adalah 0,321. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R square) bahwa pengaruh *game online* Mobile Legends Bang Bang terhadap motivasi belajar sebesar 42,8%, sementara terhadap kualitas tidur sebesar 10,3%. Adapun sisanya, sebesar 46,9%, dipengaruhi faktor lain.

Referensi

- Afiani. (2020). Pengaruh Game Online Mobile Legend Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik. *Jurnal Porkes*, 5(2), 391–405.
- Alfatimah, A. (2022). *Analisis Dampak Game Online Mobile Legends Bang Bang Terhadap Konsentrasi Belajar Di SMA 1 Seputih Agung Kecamatan Seputih Agung Kabupaten Lampung Tengah*. Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Chaidirman, I., D., & Narmi. (2019). Fenomena Kecanduan Penggunaan Gawai (Gadget) Pada Kalangan Remaja Suku Bajo. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 33–41.
- Makarawung, F., Ogi, I. W. J., Transaksi, P. K., Pengguna, P., Promosi, D. A. N., Loindong, S. S. R., Ratulangi, U. S., Makarawung, F., & Ogi, I. W. J. (2023). *MOBILE LEGENDS PADA PEMAIN MOBILE LEGENDS DI KOTA MANADO THE EFFECT OF EASE OF TRANSACTION, USER EXPERIENCE AND INFLUENCER PROMOTION ON IMPULSE PURCHASES OF VIRTUAL PRODUCTS IN MOBILE LEGENDS* *Jurnal EMBA Vol. 11 No. 4 Oktober 2023, Hal. 881-892*. 11(4), 881–892.
- Moh Mardiansyah Mokodenseho, Hartono Hadjarati, M. H. (2024). ANALISIS TINGKAT STRESS, CEMAS, DAN DEPRESI PADA ATLET. *Jambura Sports Coaching Academic Journal*, 3(2), 69–78.
- Nasution, W. N. (2018). *Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Motivasi Belajar*. Perdana Publishing. Medan.
- Nugroho, E. (2018). *Prinsip-Prinsip Menyusun Kuesioner*. UB Press. Malang.
- Ondang, G. L. e. a. (2020). Dampak Game Online Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol Unsrat. *Jurnal Holistik*, 13(2).
- Prasetya. (2020). Pengaruh Penggunaan Game Online Mobile Legend Terhadap Perilaku Komunikasi Siswa Sma Negeri 1 Kendari. *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO*, 5(1).
- Sahir, S. hafni. (2022). *Metodologi Penelitian*. KBM INDONESIA.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Suyono. (2018). *Analisis Regresi untuk Penelitian*. Deepublish Publisher.
- Tunepe. (2022). Pengaruh Game Online Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Hein Namotemo. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 1(2).
- Wahyudy, R. (2020). Fenomena Game Online Mobile Legends Di Pekanbaru. *Skripsi Program Studi Ilmu Komunikasi*, 33.
- Yogatama. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Minat Pemain Dalam Permainan MOBA (Studi Kasus: Mobile Legends: Bang-Bang!)* *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer* (Vol. 3, Issue 3, pp. 2558–2566).

Buku Teks:

Nasution, W. N. (2018). *Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Motivasi Belajar*. Perdana Publshing. Medan.

Nugroho, E. (2018). *Prinsip-Prinsip Menyusun Kuesioner*. UB Press. Malang.

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung.

Suyono. (2018). *Analisis Regresi untuk Penelitian*. Deepublish Publisher.

Skripsi/Tesis/Disertasi:

Alfatimah, A. (2022). *Analisis Dampak Game Online Mobile Legends Bang Bang Terhadap Konsentrasi Belajar Di SMA 1 Seputih Agung Kecamatan Seputih Agung Kabupaten Lampung Tengah*. Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Wahyudy, R. (2020). Fenomena Game Online Mobile Legends Di Pekanbaru. *Skripsi Program Studi Ilmu Komunikasi*, 33.