

## INTERPRETING PLAY PRESSURE: STRUKTUR LUDIK DAN DINAMIKA KECEMASAN DIGITAL PADA PEMAIN MOBILE LEGENDS KALANGAN GENERASI Z

Nurlanti<sup>1</sup>, Kautsar Eka Wardhana<sup>2</sup>

Email: [liantinur54@gmail.com](mailto:liantinur54@gmail.com)<sup>1</sup>, [kautsarekaptk@gmail.com](mailto:kautsarekaptk@gmail.com)<sup>2</sup>

UIN Sultan Aji Muhammad Idris Samarinda

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pengalaman tekanan bermain (play pressure) dan kecemasan digital pada pemain Mobile Legends dari kalangan Generasi Z. Fenomena ini muncul karena game tidak hanya menjadi hiburan, tetapi juga ruang kompetitif yang memengaruhi identitas dan reputasi digital pemain. Observasi awal menunjukkan pemain sering mengalami rasa takut kehilangan ranking, tekanan untuk tampil baik di hadapan tim, serta kecemasan setelah kekalahan beruntun. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi-deskriptif. Informan berusia 17–25 tahun dipilih melalui purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi rekaman permainan, dan dokumentasi digital. Hasil penelitian menunjukkan dua sumber utama tekanan, yaitu tekanan struktural dari sistem ranked dan evaluasi performa, serta tekanan sosial berupa komentar negatif dan perilaku toxic dari rekan tim. Tekanan tersebut memunculkan kecemasan digital yang tampak melalui ketegangan sebelum bermain, rasa takut berbuat salah, dan penghindaran mode ranked. Dengan demikian, play pressure dalam Mobile Legends membentuk pengalaman emosional yang kompleks pada Generasi Z.

**Kata Kunci:** Play Pressure, Kecemasan Digital, Mobile Legends, Generasi Z.

### ABSTRACT

*This study aims to describe the experience of play pressure and digital anxiety among Generation Z players of Mobile Legends. This phenomenon emerges because games function not only as entertainment, but also as competitive arenas that shape players' digital identity and reputation. Initial observations showed that players frequently experienced fear of losing rank, pressure to perform well in front of teammates, and anxiety following consecutive defeats. The research employed a qualitative method with a descriptive-phenomenological approach. Informants aged 17–25 were selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observations of gameplay recordings, and digital documentation. The findings reveal two primary sources of pressure: structural pressure arising from the ranked system and performance evaluation, and social pressure in the form of negative comments and toxic behavior from teammates. These pressures contribute to digital anxiety, manifested through pre-game tension, fear of making mistakes, and avoidance of ranked modes. Thus, play pressure in Mobile Legends shapes a complex emotional experience for Generation Z players.*

**Keywords:** Play Pressure, Digital Anxiety, Mobile Legends, Generation Z.

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membentuk ulang cara Generasi Z berinteraksi, mengekspresikan diri, dan membangun identitas dalam ruang virtual. Salah satu fenomena paling menonjol dari transformasi ini adalah meningkatnya penggunaan game mobile sebagai media hiburan sekaligus ruang sosial kompetitif (Nareswara & Isnaini, 2023). Mobile Legends: Bang Bang (MLBB) merupakan salah satu game mobile yang paling populer di Indonesia dan memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku, dinamika emosional, dan relasi sosial generasi muda. Intensitas bermain game online berkaitan dengan meningkatnya stres dan tekanan psikologis pada remaja dan dewasa muda (Ramadhoni & Kholidin, 2025). Seiring dengan semakin kuatnya penetrasi teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari, game seperti MLBB bukan hanya menjadi aktivitas rekreasi, tetapi juga bagian dari budaya digital yang membentuk ritme interaksi dan keseharian generasi muda. Akibatnya, pengalaman bermain tidak lagi berdiri sebagai kegiatan terpisah, melainkan menyatu dengan proses pembentukan identitas, hubungan sosial, dan struktur emosi pemain.

Struktur ludik dalam game kompetitif seperti MLBB memainkan peran penting dalam membentuk pengalaman bermain. Elemen-elemen seperti sistem ranking, pemilihan hero, mekanisme reward-punishment, serta koordinasi tim menciptakan suasana permainan yang menuntut konsistensi performa dan keterampilan mekanik. Lingkungan yang kompetitif ini dapat memunculkan tekanan performatif, terutama pada pemain yang merasa harus mempertahankan tier atau memenuhi harapan rekan tim dalam pertandingan (Hasib & Erjayanto, 2024). Selain itu, kompleksitas elemen ludik tersebut membuat pemain harus beradaptasi dengan dinamika permainan yang terus berubah, seperti update patch dan rotasi meta, yang turut menambah beban kognitif selama bermain. Kondisi ini menyebabkan pemain berada dalam situasi yang menuntut fokus tinggi, respons cepat, serta kemampuan mengambil keputusan strategis dalam waktu singkat, sehingga potensi munculnya tekanan psikologis semakin besar.

Selain tekanan struktural dari mekanisme permainan, tekanan sosial dalam bentuk komentar negatif, kritik impulsif, dan perilaku toxic dari pemain lain juga menjadi sumber tekanan emosional yang signifikan. Toxic communication dalam game online dapat meningkatkan kecemasan, rasa takut berbuat salah, dan ketegangan emosional pada pemain muda (Anugrah et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa pengalaman bermain tidak hanya ditentukan oleh desain permainan, tetapi juga oleh kualitas hubungan sosial yang terbentuk selama pertandingan, di mana interaksi negatif dapat memperburuk persepsi pemain terhadap kompetisi dan memicu reaksi emosional yang lebih intens.

Tekanan bermain (play pressure) sering kali berkembang menjadi kecemasan digital, yaitu kondisi emosional yang dipicu oleh interaksi intens di dalam lingkungan digital. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa frekuensi bermain game online yang tinggi dan keterlibatan dalam permainan yang kompetitif berhubungan dengan meningkatnya stres, gangguan emosi, dan kecenderungan penghindaran aktivitas digital tertentu, seperti enggan bermain mode ranked setelah mengalami kekalahan (Fasya et al., 2025).

Temuan dari studi Internasional menunjukkan, penelitian (Beukeboom & Pollmann, 2021) dalam Computers in Human Behavior yang menemukan bahwa evaluasi sosial dari rekan tim maupun lawan dalam game kompetitif dapat meningkatkan kecemasan performa dan stres sosial. Temuan ini menegaskan bahwa dinamika kompetitif dalam game digital, baik mobile maupun PC, memiliki potensi besar untuk memengaruhi kondisi psikologis pemain. Hal ini mengindikasikan bahwa kompetisi di ruang digital memiliki karakteristik yang serupa dengan kompetisi di dunia nyata, terutama dalam hal tekanan performatif yang berakar pada penilaian sosial dan kebutuhan untuk diakui dalam kelompok.

Meskipun demikian, konteks di Indonesia memiliki karakteristik budaya digital yang berbeda dari konteks global. Sebagai bagian dari perkembangan lanskap digital yang terus

bergerak dinamis, memahami bagaimana teknologi berperan dalam membentuk serta mengarahkan perubahan kebudayaan menjadi semakin penting (Anista, 2023). Penggunaan game mobile yang sangat tinggi, lingkungan komunitas yang padat interaksi, dan budaya kompetitif khas Indonesia menjadikan pengalaman tekanan bermain lebih kompleks. Kajian mengenai bagaimana struktur ludik MLBB berinteraksi dengan tekanan sosial untuk membentuk kecemasan digital pada Generasi Z masih terbatas, terutama melalui pendekatan interpretatif yang menggali makna pengalaman pemain secara mendalam.

Kebaruan penelitian ini terletak pada upayanya menafsirkan play pressure sebagai pengalaman emosional yang terbentuk melalui interaksi antara struktur ludik dan dinamika sosial, bukan sekadar respons individual terhadap mekanika permainan. Dengan demikian, penelitian ini mengisi celah kajian mengenai bagaimana tekanan bermain dan kecemasan digital dimaknai oleh Generasi Z dalam konteks budaya digital Indonesia. Pendekatan ini memungkinkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana pengalaman bermain dibentuk oleh faktor-faktor yang saling terkait, sehingga membuka peluang untuk merumuskan interpretasi yang lebih kaya mengenai hubungan antara permainan digital dan kesehatan mental.

Permasalahan penelitian ini berfokus pada bagaimana struktur ludik dalam MLBB membentuk tekanan bermain pada pemain Generasi Z, serta bagaimana tekanan tersebut berhubungan dengan munculnya kecemasan digital. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara struktur ludik, tekanan bermain, dan kecemasan digital pada pemain Mobile Legends dari kalangan Generasi Z, serta memberikan pemahaman mendalam mengenai bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi kondisi emosional mereka dalam ruang digital.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi-deskriptif karena fokus penelitian adalah menggali secara mendalam pengalaman subjektif pemain Mobile Legends Generasi Z terkait tekanan bermain (play pressure) dan kecemasan digital yang muncul selama mereka berinteraksi dengan struktur ludik game. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menelusuri makna, persepsi, serta respons emosional pemain terhadap dinamika permainan yang mereka alami. (Creswell & Poth, 2018).

Subjek penelitian adalah pemain Mobile Legends berusia 17–25 tahun yang aktif bermain minimal enam bulan dan pernah mengalami tekanan performatif, kekhawatiran kehilangan ranking, atau kecemasan digital saat bermain. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kesesuaian pengalaman dengan fokus penelitian. Pemilihan dilakukan setelah peneliti melakukan penilaian awal melalui percakapan informal dan pengamatan singkat terhadap kebiasaan bermain informan. (Miles, Huberman, & Saldana, 2019).

Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam kepada pemain yang memenuhi kriteria, observasi terhadap rekaman pertandingan dan interaksi digital dalam game, serta dokumentasi berupa tangkapan layar hasil pertandingan atau percakapan tim. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur agar partisipan dapat menjelaskan pengalaman mereka secara bebas namun tetap sesuai arah penelitian. Triangulasi sumber digunakan untuk memastikan kredibilitas data, khususnya dengan membandingkan temuan dari wawancara, dokumentasi digital, dan hasil observasi singkat terhadap perilaku bermain. (Braun & Clarke, 2019).

Data dianalisis melalui proses reduksi data, pengkodean, identifikasi tema, serta penyajian narasi tematik yang menggambarkan pola pengalaman informan. Analisis tematik dilakukan untuk menemukan keterhubungan antara struktur ludik game, tekanan performatif pemain, serta dinamika kecemasan digital yang muncul selama bermain. Proses ini

memungkinkan peneliti menyusun pemahaman yang utuh dan sistematis mengenai fenomena yang dialami pemain Mobile Legends Generasi Z.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis fenomenologis terhadap data penelitian, muncul empat temuan inti yang menggambarkan dinamika tekanan bermain (play pressure) serta kecemasan digital yang dialami pemain Mobile Legends dari kalangan Generasi Z. Temuan tersebut memperlihatkan bagaimana tuntutan kompetitif dari struktur permainan dan tekanan sosial yang muncul melalui interaksi tim saling berkelindan membentuk respons emosional para pemain. Melalui pengalaman yang diceritakan informan, terlihat bahwa tekanan tersebut tidak hanya hadir saat pertandingan berlangsung, tetapi juga memengaruhi pola pikir, kesiapan emosional, dan kecenderungan perilaku mereka sebelum dan setelah bermain. Pengalaman ini menunjukkan bahwa tekanan bermain tidak hanya terkait mekanisme permainan, tetapi juga berkaitan dengan persepsi pemain mengenai ekspektasi sosial, reputasi digital, serta evaluasi performa yang mereka terima dari rekan tim maupun lawan. Dengan demikian, interaksi antara struktur ludik, dinamika sosial, dan keterlibatan emosional menjadi faktor yang secara signifikan membentuk pengalaman kecemasan digital dalam aktivitas bermain sehari-hari (Enelson et al., 2024).

### **Tekanan Struktural dari Sistem Permainan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa struktur ludik Mobile Legends memberikan tekanan yang signifikan bagi pemain, khususnya melalui sistem ranked, evaluasi performa, dan mekanisme reward–punishment. Informan menggambarkan bahwa pertandingan promosi dan momen perebutan objektif adalah situasi yang paling menegangkan. Salah satu informan menyatakan, “Kalau lagi promotion match rasanya kayak deg-degan banget. Takut kalau gagal dan harus ulang dari awal.” Situasi ini membuat pemain lebih berhati-hati dan cenderung menghindari pengambilan keputusan berisiko tinggi.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa tekanan struktural bukan hanya memengaruhi strategi bermain, tetapi juga memunculkan gejala fisik seperti jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, dan ketegangan otot. Tekanan ini sejalan dengan karakter competitive anxiety yang muncul ketika pemain menghadapi konsekuensi yang dianggap mampu memengaruhi identitas dan reputasi digital mereka. Struktur permainan yang semakin kompetitif menjadikan tekanan ini sebagai bagian dari pengalaman harian pemain Mobile Legends. Selain itu, tekanan struktural ini diperkuat oleh desain permainan yang menekankan progres linear, di mana kegagalan satu pertandingan dapat menghambat pencapaian yang sudah dibangun sebelumnya. Sistem penilaian seperti MVP, credit score, dan statistik individu membuat pemain terus merasa harus tampil optimal di setiap pertandingan. Situasi ini memunculkan persepsi bahwa performa buruk tidak hanya berdampak pada skor, tetapi juga pada citra kemampuan seseorang sebagai pemain. Dengan demikian, sistem permainan secara tidak langsung membentuk pola pikir kompetitif yang intens dan memaksa pemain untuk terus berupaya menjaga konsistensi performanya.

### **Tekanan Sosial dari Interaksi Tim secara Langsung**

Tekanan sosial muncul sebagai aspek paling menonjol dalam pengalaman bermain informan. Interaksi dengan rekan satu tim, baik melalui chat, komentar, maupun emote, sering kali menjadi sumber kecemasan. Informan menjelaskan bahwa kesalahan kecil dapat memicu kritik agresif seperti “noob,” “main apaan sih?”, hingga spam recall yang dimaknai

sebagai bentuk ejekan. Salah satu informan menyampaikan, "Kadang bukan gamenya yang bikin stres, tapi orang-orangnya. Baru mati sekali sudah dihina."

Tekanan sosial ini tidak hanya memengaruhi performa, tetapi juga membentuk rasa takut akan penilaian negatif. Pemain cenderung merasa diawasi dan khawatir melakukan kesalahan yang dapat memicu respon negatif dari anggota tim. Fenomena ini menunjukkan bahwa dinamika komunitas dalam game memiliki peran besar dalam membentuk pengalaman emosional pemain, bahkan melebihi tekanan yang berasal dari mekanisme permainan itu sendiri. Dengan kultur komunikasi yang impulsif dan anonim, tekanan sosial menjadi unsur yang sangat melekat dalam pengalaman bermain Generasi Z.

Lebih jauh, pola interaksi yang muncul dalam permainan sering kali mendorong terbentuknya hierarki sosial tidak resmi di antara pemain. Misalnya, pemain dengan role tertentu seperti jungler atau midlaner kerap mendapat ekspektasi lebih tinggi dibanding role lain. Ketika ekspektasi tersebut tidak terpenuhi, komentar negatif biasanya muncul lebih cepat dan lebih keras. Hal ini menambah beban sosial bagi pemain yang merasa harus memenuhi standar tim meskipun kondisi permainan tidak mendukung. Dengan demikian, tekanan sosial dalam Mobile Legends tidak hanya datang dari kata-kata kasar atau kritik langsung, tetapi juga dari konstruksi ekspektasi sosial yang melekat dalam kultur bermain itu sendiri.

### **Manifestasi Kecemasan Digital dalam Pengalaman Bermain**

Tekanan yang muncul dari sistem permainan dan interaksi sosial kemudian berkembang menjadi berbagai bentuk kecemasan digital. Informan menggambarkan pengalaman seperti gelisah sebelum memulai pertandingan, khawatir kembali dikritik oleh rekan tim, atau menunda bermain setelah mengalami kekalahan beruntun. Seorang informan menyatakan, "Aplikasi sudah kebuka, tapi saya nggak berani puncet start kalau habis lose streak."

Kecemasan ini terbagi menjadi kecemasan sebelum bermain, kecemasan situasional selama pertandingan berlangsung, dan kecemasan yang terbawa setelah pertandingan selesai. Pengalaman-pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kecemasan digital bukan hanya respons sesaat, tetapi memengaruhi pola keterlibatan pemain dalam jangka waktu lebih panjang. Ritme permainan yang cepat, tuntutan kompetitif, dan dinamika interaksi sosial yang intens menjadi faktor yang memperkuat terbentuknya siklus kecemasan pada pemain Mobile Legends.

Selain itu, kecemasan digital ini dapat memunculkan perilaku kompensatif, seperti bermain dalam durasi yang lebih panjang untuk "menebus" kekalahan atau justru menghindari mode ranked demi mengurangi tekanan mental. Beberapa informan juga menyebutkan adanya perasaan bersalah atau kecewa terhadap diri sendiri setelah pertandingan yang buruk, yang kemudian memengaruhi kondisi emosional mereka di luar permainan. Kecemasan seperti ini menunjukkan bahwa pengalaman bermain tidak hanya berlangsung dalam ruang digital, tetapi turut merembes ke kehidupan sehari-hari, memengaruhi mood, tingkat produktivitas, dan hubungan sosial pemain.

### **Perbandingan Temuan dengan Penelitian Internasional**

Untuk memperkuat analisis, temuan penelitian ini dibandingkan dengan studi internasional oleh (Poulus et al., 2020) yang dilakukan di Australia melalui jurnal *Frontiers in Psychology*. Studi tersebut meninjau berbagai penelitian mengenai stres dalam esports dan menemukan bahwa tekanan kompetitif yang muncul pada lingkungan permainan berintensitas tinggi dapat memicu stres psikologis, kecemasan performa, dan kelelahan

emosional pada pemain. Temuan tersebut menunjukkan bahwa tuntutan performa, ekspektasi tim, dan situasi pertandingan yang menentukan sering kali menimbulkan respons fisiologis seperti ketegangan otot dan peningkatan denyut jantung. Kesamaan pola terlihat jelas pada informan penelitian ini, yang mengaku mengalami peningkatan ketegangan emosional, rasa takut gagal, serta penurunan fokus saat menghadapi promotion match atau pertandingan yang berisiko menurunkan ranking dalam Mobile Legends. Hal ini memperlihatkan bahwa baik pada level esports kompetitif maupun game mobile kasual-kompetitif, tekanan performatif memiliki dampak langsung terhadap kondisi emosional pemain.

Namun, penelitian ini menunjukkan karakteristik tekanan yang berbeda. Jika studi internasional tersebut menekankan bahwa tekanan terutama bersumber dari tuntutan performa dan ekspektasi kompetitif dalam struktur esports yang terorganisasi, penelitian ini justru menemukan bahwa sumber tekanan utama bagi pemain Mobile Legends Generasi Z berasal dari interaksi sosial di dalam game. Kritik spontan, ejekan rekan tim, spam recall, serta komentar merendahkan muncul sebagai pemicu kecemasan yang lebih dominan daripada mekanisme kompetisi itu sendiri. Aspek interpersonal ini tidak secara eksplisit menjadi fokus utama dalam studi Poulus et al., yang lebih menyoroti dinamika stres dalam konteks esports profesional yang terstruktur. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa tekanan bermain pada game mobile bersifat lebih sosial dan muncul secara spontan, menciptakan pola kecemasan digital yang unik bagi pemain Generasi Z di Indonesia.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika tekanan bermain (play pressure) pada pemain Mobile Legends dari kalangan Generasi Z terbentuk melalui interaksi antara struktur ludik permainan dan tekanan sosial yang muncul dalam konteks kompetitif. Struktur ludik Mobile Legends: Bang Bang (MLBB), terutama melalui sistem ranked, mekanisme reward-punishment, serta momen permainan berisiko tinggi, memunculkan tekanan performatif yang memengaruhi strategi dan kesiapan emosional pemain. Sementara itu, interaksi sosial dengan rekan satu tim baik dalam bentuk kritik, komentar impulsif, maupun evaluasi negative menjadi faktor dominan yang memicu rasa takut berbuat salah dan menurunkan kepercayaan diri. Kedua bentuk tekanan ini bekerja secara bersamaan dan menghasilkan pengalaman emosional yang intens, yang kemudian berkembang menjadi kecemasan digital dalam berbagai fase permainan.

Kecemasan digital yang dialami pemain tidak hanya muncul saat pertandingan berlangsung, tetapi juga memengaruhi pola pikir dan perilaku mereka sebelum dan sesudah bermain. Pola penghindaran bermain, kekhawatiran berlebih terhadap penilaian sosial, serta ketegangan emosional yang berulang menunjukkan bahwa tekanan bermain memiliki dampak berkelanjutan pada kesejahteraan psikologis Generasi Z. Perbandingan dengan penelitian internasional memperlihatkan bahwa, berbeda dari konteks kompetisi profesional yang terstruktur, tekanan dalam game mobile sehari-hari lebih dipengaruhi dinamika interpersonal yang spontan dan anonim. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pengalaman tekanan dan kecemasan digital pada Generasi Z bersifat multidimensional dan dipengaruhi secara kuat oleh kultur komunitas game mobile di Indonesia. Temuan ini memberikan dasar penting untuk memahami bagaimana desain game dan interaksi sosial digital membentuk kondisi emosional generasi muda dalam budaya digital masa kini.

## DAFTAR PUSTAKA

Anista, R. (2023). Transformasi Kebudayaan : Dampak Perkembangan Teknologi dan Media Sosial.

Jurnal Pendidikan Sosial Indonesia, 1(1), 35–43.

- Anugrah, I. A., Arianto, & Karnay, S. (2023). Perilaku Komunikasi Toxic Pengguna Game Online “Arena of Valor.” Jurnal Penelitian Inovatif (JUPIN), 4(3), 997–1002.
- Beukeboom, C. J., & Pollmann, M. (2021). Computers in Human Behavior Partner phubbing : Why using your phone during interactions with your partner can be detrimental for your relationship. Computers in Human Behavior, 124(June), 106932. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106932>
- Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. Qualitative Research in Psychology, 18(2), 305–327. <https://doi.org/10.1080/14780887.2019.1620177>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (4th ed.). SAGE Publications.
- Enelson, F., Putra, D., & Sari, S. (2024). Perilaku Komunikasi Remaja Pemain Game Online “Mobile Legend”. Harmonization Jurnal Ilmu Sosial, Ilmu Hukum, Dan Ilmu Ekonomi, 2(2), 107–118.
- Fasya, Z. H., Tarigan, H. Q., Sabiya, F. D., & Wahyu, M. (2025). Hubungan Antara Frekuensi Bermain Game Online ( Seperti Mobile Legends , PUBG & Free Fire ) dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa. KLINIK: Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan, 4(September).
- Hasib, M., & Erjayanto, D. E. (2024). Social Behavior of Student Users of The Mobile Legends Online Game; Case Study. Jurnal Manajemen Mutu Pendidikan, 12(2), 1–6. <https://doi.org/10.23960/jmmp.v12.i2.2024.30311>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2019). Qualitative data analysis: A methods sourcebook (4th ed.). SAGE Publications.
- Nareswara, D. P., & Isnaini, M. (2023). Fantasi dan Transformasi Makna Bermain Game Online Mobile Legends : Bang Bang Fantasy and Transformation Meaning of Playing Online Gaming Mobile Legends : Bang Bang. Jurnal Simbolika: Research and Learning Communication Study, 9(2). <https://doi.org/10.31289/simbolika.v9i2.10262>
- Poulus, D., Coulter, T. J., Trotter, M. G., & Polman, R. (2020). Stress and Coping in Esports and the Influence of Mental Toughness. Frontiers in Psychology, 11(April), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00628>
- Ramadhoni, R., & Kholidin, F. I. (2025). Analisis Sistematis Dampak Kecanduan Game Online terhadap Kesehatan Mental , Interaksi Sosial , dan Prestasi Akademik. Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan, 5(5). <https://doi.org/10.17977/um065.v5.i5.2025.2>