

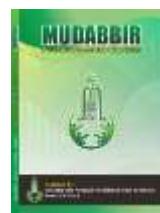


JURNAL MUDABBIR

(Journal Research and Education Studies)

Volume 5 Nomor 2 Tahun 2025

<http://jurnal.permappendis-sumut.org/index.php/mudabbir>



ISSN: 2774-8391

Peran Komunitas Mobile Legends Dalam Mengurangi Kesepian Pada Gen Z

Nayla Clearista Putri¹, Az Zahra², Citra Apik Lestari³, Armenia Rahma Aulia⁴,
Siti Hikmah Anas⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

Email: putriclearista@gmail.com¹, azzaha865@gmail.com²,
23070160137@student.walisongo.ac.id³, armeniarahma@gmail.com⁴,
hikmahanas@walisongo.ac.id⁵

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran komunitas Mobile Legends dalam mengurangi rasa kesepian pada Generasi Z. Dengan menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi ringan, dan dokumentasi terhadap lima anggota komunitas Mobile Legends berusia 18 hingga 25 tahun. Analisis naratif digunakan guna menafsirkan pengalaman dan makna yang dirasakan para subjek selama keterlibatan mereka dalam komunitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunitas Mobile Legends berfungsi sebagai ruang sosial tempat para subjek dapat membangun rasa keterhubungan, memperoleh dukungan emosional, dan merasakan penerimaan. Aktivitas seperti bermain bersama, berkomunikasi secara rutin, dan bekerja sama dalam tim dapat membangun rasa kebersamaan yang membantu mengurangi kesepian anggota. Komunitas digital berbasis game ini dapat dimanfaatkan sebagai ruang dukungan sosial alternatif bagi Generasi Z. Dengan mempertahankan interaksi yang sehat dan saling mendukung, komunitas Mobile Legends berpotensi menjadi wadah yang meningkatkan kesejahteraan sosial dan emosional generasi muda.

Kata Kunci: Komunitas, Mobile Legends, Kesepian

ABSTRACT

This study aims to understand the role of Mobile Legends communities in reducing loneliness among Generation Z. Using a qualitative case study approach, data were collected through in-depth interviews, light observations, and documentation involving five community members aged 18–25 years. Narrative analysis was employed to interpret participants' experiences and the meanings they constructed during their involvement in the community. The findings reveal that the Mobile Legends community serves as a social space where members can build a sense of connectedness, receive emotional support, and experience acceptance. Collaborative activities such as playing together, regular communication, and teamwork foster a sense of belonging that helps reduce loneliness. This digital, game-based community functions as an alternative source of social support for Generation Z. By maintaining healthy and supportive interactions, Mobile Legends communities have the potential to enhance the social and emotional well-being of young individuals.

Keywords: Community, Mobile Legends, Loneliness

PENDAHULUAN

Di era digital, pertumbuhan pesat teknologi informasi dan komunikasi telah memengaruhi pendidikan. digitalisasi dan komputasi, yang merasuki berbagai aspek kehidupan, sedang mengubah dunia pendidikan (Arum et al., 2022). Akses internet yang mudah di era ini tidak lagi terbatas pada komputer dan laptop, tetapi juga termasuk smartphone dengan fitur canggih. Perangkat-perangkat ini berfungsi sebagai alat komunikasi dan berbagai aplikasi lainnya, terutama permainan internet yang sangat populer saat ini.

Saat ini, orang bermain permainan online dengan berbagai tujuan. Beberapa bermain hanya untuk menghilangkan stres dan kelelahan, bahkan ada yang bermain untuk menghasilkan uang, dan beberapa bahkan mengadakan turnamen permainan online. Hal ini menunjukan bahwa permainan online telah masuk ke dalam kehidupan sehari-hari orang sebagai fenomena sosial. Mobile Legends adalah salah satu permainan online mobile yang paling populer di dunia. Jumlah pemain globalnya mencapai 80,76 juta pada Desember 2022, meningkat dari 77,06 juta pada tahun sebelumnya (Rizaty 2023). Mobile Legend juga menjadi permainan online paling populer di Indonesia, dengan 67% peserta survei Telkomsel dan [tSurvey.id](#) yang menyatakan hal tersebut adalah permainan favorit mereka.

Game online adalah permainan yang dapat dimainkan secara online oleh beberapa pemain dan juga dapat dimainkan melalui perangkat pribadi, seperti Handphone. permainan online tersedia diberbagai platform, seperti Android dan Apple. Jenis permainan multiplayer online roleplaying (MOL) yang dikenal sebagai permainan online (Lebho et al., 2020).

Semakin berkembangnya komunitas game online dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan bahwa dunia digital bukan hanya tempat untuk bermain game, tetapi juga tempat untuk membangun hubungan sosial baru. Pemain Gen Z di Mobile Legends sering membentuk tim, mengikuti turnamen komunitas, dan berhubungan dengan orang lain melalui fitur Chat game. Teori penggunaan dan kepuasan menyatakan bahwa orang menggunakan media untuk memenuhi kebutuhan sosial, hiburan, dan dukungan emosional. Teori ini dapat membantu memahami fenomena ini (Sundar, Jia, Waddell, & Huang, 2023). Kebutuhan ini dapat dipenuhi oleh permainan video online seperti Mobile Legends yang menawarkan komunikasi intensif, kolaborasi tim, dan interaksi langsung.

Subjektif, kesepian adalah ketika seseorang merasa tidak memiliki koneksi sosial (Perlman & Peplau, 2022). Generasi Z sangat menggunakan media digital, tetapi studi terbaru menunjukkan bahwa mereka lebih kesepian daripada generasi sebelumnya. Studi global oleh Houghton dkk. (2022) menemukan bahwa penggunaan media digital yang intens memiliki hubungan yang ambigu: dapat mengurangi kesepian saat digunakan secara sosial, tetapi meningkatkan kesepian saat digunakan secara pasif atau sendirian.

Temuan terbaru menunjukkan bahwa komunitas permainan daring dapat berfungsi sebagai sumber dukungan sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Geyser & Potgieter (2023), komunitas permainan online dapat menumbuhkan rasa kebersamaan dan memperkuat hubungan sosial melalui kerja sama, diskusi, dan pencapaian bersama. Hal ini sejalan dengan Teori Identitas Sosial, yang mengatakan bahwa keanggotaan dalam kelompok tertentu menentukan identitas sosial (Trepte & Reinecke, 2023). Gen Z yang aktif dalam komunitas Mobile Legends sering merasa lebih dekat dengan orang lain karena memiliki identitas dan tujuan yang sama. Ini meningkatkan rasa ikatan sosial mereka.

Salah satu penelitian terbaru yang dilakukan di Indonesia menegaskan relevansi penelitian ini. Studi yang dilakukan oleh Putra dan Rahmawati (2023) menemukan bahwa komunitas pemain Mobile Legends dapat meningkatkan rasa kebersamaan, terutama ketika mereka bekerja sama dalam tim dan mengambil bagian dalam acara komunitas. Selain itu, survei Telkomsel yang dilakukan pada tahun 2023 menunjukkan bahwa lebih dari 60% pemain Mobile Legends di Indonesia menggunakan game sebagai cara untuk mengurangi stres sosial dan membangun persahabatan baru. Ini menunjukkan bahwa komunitas Mobile Legends bukan hanya tempat untuk bermain tetapi juga media penting untuk komunikasi sosial.

Sementara itu, penelitian yang menyelidiki hubungan antara permainan daring dan kesepian juga menghasilkan temuan yang berbeda. Sebuah studi oleh Lemenager dkk. (2022) menemukan bahwa mendapatkan dukungan sosial dari komunitas permainan dapat membantu pemain permainan daring merasa lebih nyaman. Namun, studi lain oleh Hussein dkk. (2023) menemukan bahwa pemain yang tidak memiliki ikatan sosial di komunitas permainan sebenarnya berisiko lebih besar mengalami isolasi

digital. Akibatnya, dampak komunitas permainan terhadap kesepian sangat bergantung pada jenis hubungan sosial yang terbentuk.

Hasilnya menunjukkan bahwa peran komunitas Mobile Legends dalam mengurangi kesepian Generasi Z adalah fenomena penting yang perlu diteliti. Tidak banyak penelitian yang secara khusus mempelajari komunitas Mobile Legends dan bagaimana itu berdampak pada kesepian Generasi Z, terutama di Indonesia, meskipun beberapa penelitian telah menyelidiki hubungan antara permainan online dan interaksi sosial. Karena literatur ini terbatas, penelitian ini relevan dan penting. Studi ini dapat membantu memahami dinamika psikososial generasi muda di era internet dengan memahami bagaimana komunitas Mobile Legends dapat berfungsi sebagai tempat dukungan sosial.

Orisinalitas atau aspek kebaruan pada penelitian ini terletak pada fokusnya yang menyoroti peran komunitas Mobile Legends dalam mengurangi kesepian pada Generasi Z, sesuatu yang masih jarang dikaji dalam penelitian sebelumnya. Kebanyakan penelitian sebelumnya seperti penelitian oleh Hasan et al., (2021) hanya berfokus pada dampak game online terhadap kecanduan, perilaku bermain, atau penggunaan media digital secara umum, Selain itu, penelitian oleh Lebho et al., (2020) hanya meneliti hubungan antara kecanduan game online, kebutuhan berafiliasi, dan kesepian, namun belum melihat bagaimana komunitas game dapat menjadi ruang dukungan sosial yang membantu mengurangi kesepian. Penelitian-penelitian tersebut umumnya menekankan aspek perilaku bermain atau dampak penggunaan game, bukan pada fungsi komunitas sebagai wadah keterhubungan sosial. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kebaruan dengan mengkaji komunitas Mobile Legends sebagai tempat terjadinya interaksi sosial yang berpotensi menurunkan kesepian pada Gen Z.

Penelitian ini memiliki dugaan sementara bahwa keterlibatan dalam komunitas Mobile Legends berpotensi menjadi ruang interaksi sosial yang membantu Gen Z merasa lebih terhubung dengan orang lain. Aktivitas bermain dalam tim, komunikasi selama permainan, serta rasa memiliki terhadap kelompok diperkirakan dapat menciptakan pengalaman kebersamaan dan dukungan sosial yang mampu mengurangi perasaan terisolasi. Dugaan sementara ini menjadi pijakan awal penelitian sebelum diperdalam lebih lanjut melalui pengumpulan data dan pengolahan data secara kualitatif.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam bagaimana komunitas Mobile Legends berperan dalam membentuk interaksi sosial yang dapat memengaruhi tingkat kesepian pada Gen Z. Penelitian ini juga bertujuan menggali pengalaman subjektif para anggota komunitas, termasuk bagaimana mereka membangun relasi, menerima dukungan emosional, serta merasakan kebersamaan melalui aktivitas bermain dan berkomunikasi di dalam komunitas. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika sosial dalam komunitas Mobile Legends dan bagaimana dinamika tersebut terkait dengan pengalaman kesepian pada generasi muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan *case study* yang bertujuan untuk memahami bagaimana mereka merasakan kebersamaan dalam komunitas untuk mengurangi kesepian setelah terlibat di dalamnya. Penelitian ini menggunakan satu variabel utama, yaitu peran komunitas Mobile Legends dalam mengurangi kesepian pada Gen Z. Variabel ini tidak diukur secara numerik, tetapi digali melalui pengalaman dan cerita partisipan mengenai bagaimana keterlibatan dalam komunitas game membantu mengurangi perasaan kesepian.

Subjek dalam penelitian ini adalah anggota komunitas Gen Z yang aktif bermain Mobile Legends, baik komunitas online (Discord, WhatsApp Group, guild/squad) maupun komunitas offline. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive, dengan kriteria: berusia 18–25 tahun, bermain Mobile Legends secara rutin, menjadi bagian dari komunitas, serta pernah merasakan kesepian. Jumlah subjek tidak ditentukan secara ketat, namun dalam penelitian ini melibatkan sekitar 5 orang yang dianggap mampu memberikan data yang komprehensif.

Instrumen utama dalam penelitian kualitatif adalah peneliti sendiri. Peneliti berperan dalam memahami konteks, menggali pengalaman, serta menafsirkan makna yang muncul selama proses pengumpulan data (Licolin dan Guba dalam Kusumastuti, n.d, 2019). Selain itu, instrumen bantu digunakan untuk mendukung kelancaran penelitian, antara lain pedoman wawancara semi-terstruktur, catatan lapangan, dan dokumentasi seperti screenshot interaksi komunitas atau catatan observasi ringan. Instrumen-instrumen ini membantu menjaga fokus penggalian data namun tetap fleksibel sesuai dinamika di lapangan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis naratif. Kemudian, teknik analisis data menggunakan analisis naratif (*narrative analysis*) sebagaimana dikembangkan oleh (Riessman, 2008). Analisis ini menekankan pada pemaknaan pengalaman hidup partisipan melalui narasi atau cerita yang mereka sampaikan. Menurut (Riessman, 2008), analisis naratif berfokus pada cara seseorang menceritakan pengalamannya, bukan hanya isi ceritanya namun juga struktur, alur, konteks sosial dan makna yang dibangun melalui cerita tersebut. Analisis naratif memungkinkan peneliti untuk memahami bagaimana partisipan membentuk identitas sosial, relasi dan interpretasi emosi melalui kisah yang mereka bagikan. Dengan demikian, penggunaan analisis naratif dalam penelitian ini memungkinkan peneliti mengolah hasil wawancara secara mendalam, mengeksplorasi fenomena yang terjadi di lapangan serta mengidentifikasi pola-pola penting yang berkaitan dengan fokus penelitian.

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui beberapa teknik validasi yang umum digunakan dalam penelitian kualitatif. Peneliti melakukan triangulasi sumber

dan metode dengan membandingkan data hasil wawancara, observasi dan dokumentasi untuk memastikan konsistensi temuan. Selain itu, peneliti juga melakukan member checking dengan meminta partisipan memeriksa kembali ringkasan wawancara atau interpretasi awal peneliti agar makna yang ditangkap sesuai dengan pengalaman mereka

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis naratif terhadap pengalaman para partisipan, penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan dalam komunitas Mobile Legends memiliki peran yang bermakna dalam membentuk rasa keterhubungan sosial yang berkontribusi dalam kesepian pada Gen Z. Temuan ini memperlihatkan aspek-aspek yang terlibat dalam makna kesepian sendiri yang meliputi aspek personality (kepribadian), spek sosial desirability (hubungan sosial / kebutuhan relasi), dan aspek depression (penurunan semangat/kesepian sosial).

1. Aspek Personality (kepribadian)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa kepribadian berperan penting dalam pengalaman kesepian informan. Partisipan yang cenderung aktif, komunikatif, dan berperan strategis dalam squad Mobile Legends memiliki peluang lebih besar untuk merasakan keterhubungan sosial. Sebaliknya, informan yang cenderung pasif atau selektif dalam berinteraksi mengaku lebih rentan merasa terisolasi di awal bergabung. Keberadaan squad sebagai micro-community memfasilitasi individu untuk mengekspresikan diri, sehingga membantu mereduksi perasaan kesepian secara bertahap.

Tabel 1. Aspek Personality

No.	Narasumber	Jenis kelamin	Peran Squad Mobile Legends sebagai <i>Micro-Community</i> dalam Mengurangi Kesepian pada Generasi Z
1.	D	Laki-laki	Squad menjadi ruang ekspresi diri dan komunikasi aktif yang membuat individu merasa diakui
2.	MZA	Laki-laki	Komunitas menjadi tempat aktualisasi diri melalui peran kepemimpinan informal
3.	A	Laki-laki	Squad memberi rasa aman untuk membuka diri secara bertahap
4.	R	Laki-laki	Interaksi tim memberi rasa kebersamaan dan identitas sosial
5.	M	Perempuan	Squad menjadi ruang sosial yang fleksibel sesuai kenyamanan individu

Beberapa informan menyampaikan bahwa mereka merasa lebih "hidup" dan terhubung ketika bisa aktif berkomunikasi dalam squad. Dani menyatakan bahwa ia "cenderung aktif berbicara dan memberi arahan", sementara Zenul menggambarkan dirinya sebagai orang yang "sering ngomong" saat bermain. Alfan mengungkapkan bahwa dirinya awalnya pendiam, namun menjadi lebih terbuka ketika sudah merasa nyaman. Rendi menekankan bahwa memberi arahan pada anggota tim membuatnya merasa memiliki peran sosial. Kamila menambahkan bahwa dirinya lebih ekspresif ketika sudah akrab dengan anggota komunitas, yang secara tidak langsung mengurangi perasaan kesepian.

2. Aspek sosial Desirability (Hubungan Sosial / Kebutuhan Relasi)

Temuan menunjukkan bahwa kebutuhan relasi sosial menjadi motivasi utama Generasi Z dalam bergabung dengan squad Mobile Legends. Squad berfungsi sebagai micro-community yang menyediakan ruang aman untuk membangun pertemanan, rasa memiliki, serta interaksi sosial yang konsisten. Keterlibatan dalam aktivitas bersama seperti mabar, voice chat, dan diskusi strategi terbukti membantu menurunkan pengalaman kesepian karena individu merasa menjadi bagian dari kelompok yang saling terhubung.

Tabel 2. Aspek Social Desirability

No.	Narasumber	Jenis kelamin	Peran Squad Mobile Legends sebagai <i>Micro-Community</i> dalam Mengurangi Kesepian pada Generasi Z
1.	D	Laki-laki	Menciptakan ruang untuk menjalin keakraban dan relasi baru
2.	MZA	Laki-laki	Membentuk kebersamaan melalui aktivitas kolektif (mabar, ngopi)
3.	A	Laki-laki	Memberi rasa nyaman dan frekuensi sosial yang sejalan
4.	R	Laki-laki	Menjadi sarana silaturahmi dan coping stress
5.	M	Perempuan	Membantu mengurangi rasa kesepian dan kejemuhan sosial

Sebagian besar informan menyatakan bahwa alasan utama mereka bergabung dalam squad adalah untuk mengurangi rasa sepi. Dani menyebut ingin "nambah teman dan menjalin keakraban", sedangkan Zenul berharap adanya "keakraban dan kekompakan". Alfan berharap hubungan dalam komunitas "tetap berjalan baik", Rendi melihat komunitas sebagai sarana "silaturahmi dan ngilangin stres", dan Kamila secara

eksplisit mengatakan bahwa ia bergabung agar “nggak kesepian”. Ungkapan-ungkapan ini menunjukkan bahwa squad berfungsi sebagai sumber dukungan sosial yang nyata.

3. Aspek Depression (penurunan semangat/kesepian sosial)

Aspek depresi dalam bentuk penurunan motivasi, kepercayaan diri, dan semangat terungkap sebagai bagian dari pengalaman kesepian sosial pada Generasi Z. Meski demikian, keberadaan squad Mobile Legends berfungsi sebagai mekanisme protektif yang membantu individu bangkit dari perasaan terisolasi. Interaksi sosial yang berulang, dukungan teman dalam tim, serta pengalaman kebersamaan membuat partisipan merasa lebih didengar, diterima, dan tidak sendirian dalam menghadapi tekanan sosial.

Tabel 3. Aspek Depression

No.	Narasumber	Jenis kelamin	Peran Squad Mobile Legends sebagai <i>Micro-Community</i> dalam Mengurangi Kesepian pada Generasi Z
1.	D	Laki-laki	Squad menjadi pelarian emosional dari stres dan kejemuhan
2.	MZA	Laki-laki	Dukungan tim membantu meningkatkan kembali rasa percaya diri
3.	A	Laki-laki	Interaksi tim membantu memulihkan motivasi sosial
4.	R	Laki-laki	Komunitas menjadi penyangga emosional saat underperform
5.	M	Perempuan	Kehadiran teman dekat dalam squad mengurangi rasa insecure

Para informan mengungkapkan pengalaman penurunan semangat yang berkaitan erat dengan kesepian. Dani mengaku pernah kehilangan minat karena merasa bosan, dan MZA menyebut dirinya kehilangan kepercayaan diri saat gagal dalam permainan. A dan R sama-sama mengalami perasaan kurang percaya diri dengan kondisi “underperform”. Kamila menggambarkan dirinya merasa lelah secara emosional dan tidak percaya diri ketika membandingkan diri dengan anggota lain. Namun, mereka juga menekankan bahwa kembali bermain bersama squad membantu mereka merasa ditemani dan mengurangi rasa kesepian tersebut. Terlihat yang memungkinkan mereka untuk merasa diterima, dihargai, dan terhubung secara emosional dengan anggota lain. Interaksi yang terjadi selama bermain, berdiskusi, hingga bercanda di ruang obrolan menjadi stimulus sosial yang memperkuat perasaan kedekatan dan kebersamaan.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa keterlibatan Gen Z dalam komunitas Mobile Legends memberikan ruang sosial yang mampu menurunkan rasa kesepian melalui tiga aspek utama: kepribadian, kebutuhan relasi sosial, dan kondisi psikologis seperti penurunan semangat. Individu yang memiliki karakter lebih aktif cenderung lebih cepat membangun relasi dalam squad, sementara individu yang awalnya pasif tetap dapat merasa terhubung setelah mendapatkan kenyamanan dari interaksi berulang. Aktivitas seperti bermain bersama, berdiskusi strategi, dan berkomunikasi lewat voice chat menghasilkan pengalaman kebersamaan yang memberi rasa memiliki. Interaksi konsisten inilah yang membantu menurunkan kesepian dan memulihkan motivasi sosial pada partisipan.

Temuan ini selaras dengan (Corbella-González et al., 2025) yang menunjukkan bahwa bermain video game di ruang komunitas memiliki keterkaitan dengan tingkat kesepian pada remaja. Studi tersebut menemukan bahwa ketika aktivitas bermain dilakukan bersama dalam lingkungan sosial yang mendukung, remaja cenderung memperlihatkan perasaan lebih terhubung dan tidak terisolasi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan (McLean & Griffiths, 2018), yang menunjukkan bahwa komunitas gaming dapat memberikan dukungan emosional, rasa aman, dan kenyamanan psikologis bagi para pemainnya. Selain itu, studi oleh (Petrosino et al., 2021) selama masa pandemi menunjukkan bahwa pemain yang aktif di komunitas game seperti League of Legends mempertahankan hubungan sosialnya melalui interaksi intens di dalam game, sehingga ikatan sosial tetap terjaga meski aktivitas sosial offline berkurang. Ini memperkuat hasil penelitian bahwa komunitas game dapat menjadi pengganti ruang sosial ketika lingkungan offline terbatas. Temuan ini turut diperkuat oleh (Frommel et al., 2020) yang menemukan bahwa kualitas interaksi dalam game seperti kerjasama, dukungan dalam permainan, dan komunikasi strategis berkorelasi dengan hubungan sosial yang lebih positif.

Namun, studi lain juga memberikan perspektif berbeda. Penelitian (Suryani et al., 2024) di Indonesia menemukan bahwa remaja pengguna game online yang memiliki keberfungsi keluarga rendah cenderung mengalami kesepian lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa komunitas game mungkin tidak cukup untuk mengatasi kesepian apabila dukungan emosional dari lingkungan offline minim. Temuan tersebut memberi konteks bahwa komunitas game dapat membantu, tetapi efektivitasnya dipengaruhi oleh kualitas dukungan sosial di luar dunia digital. (Khan, 2024) juga menyoroti bahwa beberapa pemain game masih mengalami kesepian sosial atau kecemasan interaksi ketika hubungan dalam komunitas tidak berkembang menjadi relasi yang bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan komunitas game dalam mengurangi kesepian sangat bergantung pada kualitas interaksi, bukan hanya keberadaan komunitas itu sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komunitas digital termasuk komunitas Mobile Legends mulai berkembang menjadi ruang sosial yang berfungsi menyerupai

kelompok sosial di dunia nyata. Ini menjadi tanda bahwa pola keterhubungan sosial Gen Z bergerak ke arah yang lebih fleksibel, cair, dan berbasis pada minat bersama. Di era digital, rasa kesepian tidak hanya diatasi melalui kehadiran fisik, tetapi melalui interaksi bermakna yang dibangun di ruang online.

Temuan ini juga menjadi indikator bahwa komunitas game dapat berperan sebagai medium regulasi emosi dan peningkatan kesejahteraan psikologis. Keterlibatan sosial dalam game menciptakan kesempatan bagi Gen Z untuk merasa diterima, didengarkan, dan terhubung pada tingkat emosional. Namun, penelitian ini juga memberi tanda bahwa dukungan sosial dari komunitas game bukanlah solusi tunggal. Keberhasilan mereduksi kesepian bergantung pada kualitas interaksi, keterbukaan pemain, serta keseimbangan antara kehidupan online dan offline.

Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keberadaan squad Mobile Legends bukan hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga berfungsi sebagai ruang sosial yang mampu mengurangi rasa kesepian pada Generasi Z. Interaksi yang terjadi di dalam squad seperti komunikasi rutin, kerja sama saat bermain, dan dukungan emosional antaranggota menciptakan pengalaman kebersamaan yang memperkuat keterhubungan sosial. Temuan ini memberikan gambaran bahwa komunitas digital, ketika diwarnai hubungan positif, berpotensi menjadi alternatif dukungan sosial yang sesuai untuk Generasi Z. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pemahaman bahwa interaksi berbasis game dapat menjadi media promotif bagi kesejahteraan sosial dan emosional, bukan sekadar aktivitas permainan semata. Namun, efektivitasnya bergantung pada kualitas interaksi; komunitas yang toksik atau hubungan yang dangkal tidak akan memberikan manfaat yang sama.

Hasil penelitian ini muncul karena Gen Z yang tergabung dalam squad Mobile Legends merasakan proses interaksi sosial yang lebih mudah, natural, dan bermakna di ruang digital. Budaya bermain yang menekankan kerja sama, saling membantu, dan komunikasi real-time mendorong terbentuknya rasa kebersamaan dan kepercayaan antaranggota. Karakteristik Gen Z yang terbiasa dengan interaksi online membuat mereka cepat merasa nyaman dan diterima dalam komunitas, sehingga ikatan sosial dapat terbentuk lebih cepat. Aktivitas berbagi strategi, saling memotivasi, serta obrolan ringan di luar permainan turut memperkuat hubungan emosional. Faktor-faktor ini menjelaskan mengapa komunitas game dapat memberikan pengalaman sosial yang signifikan dan berdampak pada pengurangan kesepian.

Berdasarkan hasil tersebut, tindakan yang perlu dilakukan adalah mengoptimalkan fungsi komunitas Mobile Legends sebagai ruang sosial yang mampu memberikan dukungan emosional dan memperkuat rasa keterhubungan bagi Gen Z. Pengelola komunitas maupun ketua squad dapat meningkatkan kualitas interaksi dengan mendorong komunikasi yang positif, menciptakan suasana bermain yang suportif, serta menjaga kualitas interaksi dengan mengarahkan anggota agar tetap berperilaku positif dan saling menghargai. Upaya ini penting agar komunitas tetap

menjadi tempat yang aman dan nyaman bagi anggota untuk berinteraksi. Keterlibatan Gen Z di komunitas digital tidak selalu menimbulkan dampak negatif, selama mereka mampu menjaga keseimbangan antara aktivitas online dan kehidupan sehari-hari. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi lebih jauh bagaimana dinamika interaksi dalam komunitas game berkontribusi pada aspek psikologis lain, sehingga peran komunitas digital sebagai dukungan sosial dapat dimanfaatkan dengan lebih optimal.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa komunitas Mobile Legends berperan penting dalam mengurangi rasa kesepian pada Generasi Z. Melalui interaksi yang berulang dan bermakna, komunitas ini mampu menyediakan ruang bagi anggotanya untuk mengekspresikan diri, membangun relasi, serta memperoleh dukungan emosional. Aktivitas seperti bermain bersama, berdiskusi, dan berkomunikasi secara real-time membantu menumbuhkan rasa memiliki dan kebersamaan, yang pada akhirnya memperkuat hubungan sosial para anggota. Interaksi positif dalam komunitas game ini dapat memulihkan rasa keterhubungan dan mengurangi isolasi sosial melalui tiga aspek utama: kepribadian, kebutuhan relasi sosial, dan kondisi psikologis. Namun, efektivitas komunitas sangat bergantung pada kualitas hubungan antaranggota. Ketika interaksi berlangsung secara suportif dan saling menguatkan, komunitas Mobile Legends dapat menjadi wadah yang membantu Generasi Z merasa lebih terhubung dan kurang kesepian dalam kehidupan sehari-hari.

REFERENSI

- Adhi Kusumastuti, and Ahmad Mustamil Khoiron. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Semarang: Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo.
- Arum, D. P., Anggraeni, N. D., Hanik, siti U., & Nurhayati, E. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Mahasiswa melalui Pemanfaatan Video Animasi pada Mata Kuliah Bahasa Indonesia di UPN Veteran Jawa Timur. *JPDK:Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 11.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*.
- F Suryani, N Afriyeni, N Anggreiny, W Pratama, M. S. (n.d.). Keberfungsian Keluarga dan Kesepian Pada Remaja Pengguna Online Game. Retrieved December 7, 2025,
- Keberfungsian Keluarga dan Kesepian Pada Remaja Pengguna Online Game
- Frommel, J., Sagl, V., Depping, A. E., Johanson, C., Miller, M. K., & Mandryk, R. L. (2020). Recognizing Affiliation: Using Behavioural Traces to Predict the Quality of Social Interactions in Online Games. *Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings*. <https://doi.org/10.1145/3313831.3376446>
- Geyser, L., & Potgieter, A. (2023). Online gaming communities as social support networks: A qualitative analysis. *Computers in Human Behavior Reports*, 10, 100242.
- Hasan, A., Rahmat, A., & Napu, Y. (2021). Dampak Game Online Mobile Legends Terhadap Perilaku Sosial Remaja. *Student Journal of Community Education*, 1-13. <https://doi.org/10.37411/SJCE.V1I1.830>
- Houghton, S., Kyron, M., Lawrence, D., Hunter, S. C., & Cross, D. (2022). Loneliness in Gen Z: The role of digital media use. *Journal of Adolescence*, 95, 1-14.
- Hussein, N. A., Abad, M., & Karim, R. (2023). Online gaming, social isolation, and mental health: A modern review. *Technology & Mind*, 7(3), 210-225.
- Khan, M. R. (2024). Social Interaction Anxiety, Social Loneliness, and Mental Health of Online Gamers. *Journal of Peace, Development and Communication*, 8(01). <https://www.pdfpk.net/ojs/index.php/jpdc/article/view/535>
- Lebho, M. A., Dinah, M., Lerik, C., Pasifikus, R., Wijaya, C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku kecanduan game online ditinjau dari kesepian dan kebutuhan berafiliasi pada remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(2), 202-212.
- Lemenager, T., Hoffmann, S., Dieter, J., & Mann, K. (2022). The role of social support in online gaming and loneliness. *Frontiers in Psychology*, 13, 824566.
- McLean, L., & Griffiths, M. D. (2018). Female Gamers' Experience of Online Harassment and Social Support in Online Gaming: A Qualitative Study. *International International Journal of Mental Health and Addiction* 2018 17:4, 17(4), 970-994.. <https://doi.org/10.1007/S11469-018-9962-0>

- Perlman, D., & Peplau, L. A. (2022). Loneliness: A conceptual analysis updated. *Current Opinion in Psychology*, 43, 22–27.
- Petrosino, S., Loria, E., & Pirker, J. (2021). #StayHome Playing LoL -- Analyzing Players' Activity and Social Bonds in League of Legends During Covid-19 Lockdowns. *ACM International Conference Proceeding Series*, 12. <https://doi.org/10.1145/3472538.3472551>
- Putra, R. A., & Rahmawati, L. (2023). Interaksi sosial pada komunitas pemain Mobile Legends di Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 6(1), 45–56.
- Rizaty, M. (2023, January 13). Pemain Mobile Legends Dunia Capai 80,76 Juta pada Desember 2022. Dataindonesia.
- Sundar, S. S., Jia, H., Waddell, T. F., & Huang, Y. (2023). Uses and gratifications 2.0: How people use media in the age of social media. *Human-Computer Interaction*, 38(1), 1–20.
- Trepte, S., & Reinecke, L. (2023). Social identity and digital games: How group membership shapes online interactions. *Media Psychology*, 26(2), 183–202.
- Corbella-González, A., Cal-Herrera, A., & Fernández-Rodríguez, O. I. (2025). Playing video games in community spaces and adolescent loneliness: a cross-sectional study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 2025 19:1, 19(1), 120-. <https://doi.org/10.1186/S13034-025-00980-8>