

## Explorasi Gambaran *Flow Experience* Pada Pemain Game Online

**M. Daiva Abhinaya Al Sahid<sup>1</sup>, Miftah Nadiah Salma<sup>2</sup>, Noor Asyifa Aridha<sup>3</sup>, Salsabila<sup>4</sup>, Siti Sauva Salsabilla<sup>5</sup>, Rendy Alfiannoor Achmad<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Psikologi Universitas Lambung Mangkurat

e-mail: <sup>1</sup>mdaivaalsahid@gmail.com, <sup>2</sup>miftahnadia40@gmail.com, <sup>3</sup>ardhasyifanr@gmail.com  
<sup>4</sup>salsa9022@gmail.com, <sup>5</sup>sauvasalsabilla05@gmail.com, <sup>6</sup>rendy.alfiannoor@ulm.ac.id

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: December 2024

Revised: June 2025

Accepted: April 2025

**Abstract.** This research examines description of Flow Experience on online gaming experiences. The study aims to explore the depiction of experiences based on the 9 dimensions of Flow Experience for individuals who play online games. The topic of this research is important because the large number of people playing online games in today's digital age can trigger deep experiences related to engagement or full focus while playing, which can impact their experiences, behavior, and daily lives, either positively or negatively. Internet usage in Indonesia has grown rapidly, with most people using it to play online games as a means of communication, self-expression, and entertainment. This study uses a qualitative method in its research. Data collection was conducted on 10 participants selected through purposive sampling techniques. The results of this study indicate the influence of flow experience on online gaming, leading to full engagement, high concentration, and a loss of time perception among players.

**Practical implications** that can be undertaken include the need for education on digital literacy, time management, and strengthening positive social interactions in games to ensure that the gaming experience remains adaptive and supports psychological well-being.

Keywords: Flow Experience, Experiences, Online games

**Abstrak.** Penelitian ini mengkaji gambaran *Flow Experience* terhadap pengalaman bermain *game online*. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi gambaran pengalaman berlandaskan dari 9 dimensi *Flow Experience* terhadap individu yang bermain *game online*. Topik penelitian ini penting karena banyaknya orang yang bermain game online di masa digitalisasi sekarang dapat memicu terjadinya pengalaman mendalam terkait keterlibatan atau fokus secara penuh saat melakukan permainan sehingga dapat berdampak terhadap pengalaman, perilaku, dan keseharian baik secara positif atau negatif. Penggunaan internet di Indonesia telah berkembang pesat, dengan sebagian besar masyarakat memanfaatkannya untuk bermain game online sebagai sarana komunikasi, ekspresi diri, dan hiburan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dalam penelitiannya. Penggalian data dilakukan kepada 10 partisipan yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peran *flow experience* terhadap pengalaman bermain *game online* yang menyebabkan munculnya keterlibatan penuh, konsentrasi tinggi, dan hilangnya persepsi waktu pada pemain.

**Implikasi praktis** yang dapat dilakukan adalah perlunya edukasi tentang literasi digital, manajemen waktu, dan penguatan interaksi sosial positif dalam *game* untuk memastikan pengalaman bermain tetap adaptif dan mendukung kesejahteraan psikologis maupun sosial pemain.

Kata kunci: Flow experience, Pengalaman, Game online

Perkembangan teknologi digital telah memberikan kontribusi yang penting pada berbagai aspek kehidupan manusia. Berbagai informasi dapat ditemukan dari aplikasi yang ada pada teknologi digital seperti informasi terkait kesehatan, rekreasi dan rohani. Hal ini juga membawa dampak perubahan pada berbagai aktivitas masyarakat. Pembaharuan di bidang teknologi telah membuat banyak temuan-temuan dalam meningkatkan kesejahteraan manusia. Teknologi yang sekarang banyak digunakan adalah internet. Internet telah menjadi media komunikasi yang sering digunakan pada kehidupan sehari-hari masyarakat (Anggraini, 2022).

Menurut survei pengguna internet yang dilakukan oleh APJII tahun 2024 dinyatakan bahwa jumlah total penduduk di Indonesia yaitu 278,696,200 juta jiwa, dan yang menggunakan internet yaitu 221.563.479 juta jiwa atau sama dengan 79,50% pengguna. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa mayoritas penduduk yang ada di Indonesia yaitu 79,50% menggunakan internet (APJII, 2024). Media internet banyak digunakan dikarenakan kemudahan akses dari berbagai tempat serta memberikan kemudahan pada pengguna dalam mencari informasi.

Pesatnya perkembangan teknologi telah banyak menciptakan berbagai macam inovasi yang ada pada bidang teknologi termasuk game online, sosial media, musik dan film. Beberapa tahun ini, game online mengalami perkembangan yang sangat cepat dan dapat diakses melalui smartphone maupun komputer (Dayanti, 2020). Pengguna game aktif di dunia diperkirakan berjumlah sebanyak 2,95 miliar *gamer* (Gilbert, 2022). Negara dengan pengguna video game terbanyak di dunia adalah Filipina dengan proporsi 96,6% pengguna internet yang bermain game online, Pemain game online di Indonesia 94,9% dan Pemain game online di Vietnam 93,9% (Rahman D. F., 2022).

*Game online* telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan digital, memberikan pengalaman hiburan yang menarik sekaligus tantangan tersendiri. Di satu sisi, *game online* dapat memberikan manfaat positif seperti melatih keterampilan berpikir strategis, meningkatkan konsentrasi, serta memperluas jaringan sosial melalui interaksi dengan pemain lain secara daring. Namun di sisi lain, penggunaan *game online* yang tidak terkendali juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti kecanduan, penurunan motivasi belajar, dan gangguan dalam interaksi sosial dunia nyata (Ondang, 2020). Ketika bermain *game online* individu sering merasa terbawa dengan suasana bermain game sehingga melupakan sekitarnya, hal ini disebut dengan *flow experience*. *Flow experience* menurut Nakamura dan Csikszentmihalyi (dalam Chan, 2021) adalah kondisi keterlibatan total, di mana seseorang merasa fokus, terabsorbsi, dan menikmati proses

aktivitas tanpa merasa terganggu oleh hal lain mengacu pada pengalaman positif dan mendalam yang terjadi ketika seseorang sepenuhnya terlibat dalam suatu aktivitas, seperti bermain game atau belajar. *Flow experience* sudah menjadi suatu faktor yang penting dan signifikan dalam dunia aktivitas bisnis secara online (Kazancoglu & Demir, 2021; Defian, A. B. A., 2022). *Flow* menggambarkan kondisi yang optimal di mana seseorang atau individu tersebut bisa terpengaruh secara kognitif, seperti merasa asyik dengan perubahan waktu dan suatu tindakan, merasa termotivasi pada saat merasa senang, merasa mudah berkonsentrasi, merasa mempunyai keterlibatan secara mendalam dan juga memiliki perasaan untuk menjadi pemegang kendali suatu situasi. Individu akan mencapai *flow experience* saat memiliki keterampilan dan merasa ada tantangan serta *online flow* yang akan muncul karena adanya interaksi antara kedua komponen tersebut (Csikszentmihalyi, 2008; Defian, A. B. A., 2022).

Menurut dari (Csikszentmihalyi, M. 1990) Bermain *game online* yang sesuai dengan minat dan keterampilan dapat mendorong pemain untuk mengoptimalkan diri, meningkatkan konsentrasi, dan memperbaiki kinerja kognitif. Pemain mampu memproses informasi, mengevaluasi situasi, dan membuat keputusan dengan cepat. Hal ini melatih kemampuan konsentrasi serta kontrol diri. Dalam teori *flow*, aspek kognitif ini tercermin pada dimensi *Clear goals, Concentration on the Task at Hand, Unambiguous Feedback* dan *Transformation of Time*. Dari aspek afektif, *game online* memicu emosi positif seperti rasa senang, puas atas kemampuan diri, dan bangga atas pencapaian. Keterlibatan penuh pemain mendukung dimensi *Autotelic Experience*, di mana kesenangan muncul secara intrinsik tanpa dorongan eksternal. Dimensi lain yang terkait adalah *Challenge-Skill Balance, Sense of Control* dan *Loss of Self-Consciousness*, yang menciptakan perasaan nyaman dan terhubung dalam permainan. Pada aspek sosial, bermain *game online* bersama teman atau komunitas memperkuat interaksi dan rasa kebersamaan. Aktivitas ini meningkatkan dukungan sosial dan keterampilan kolektif, sesuai dengan dimensi *Action-Awareness Merging* dan *Unambiguous Feedback*. Dengan demikian, pengalaman *flow* dalam bermain *game online* menciptakan manfaat signifikan pada aspek kognitif, afektif, dan sosial pemain.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka fokus masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *Flow experience* mengeksplorasi para pemain *game online*, pada penelitian terdahulu (Voiskounsky et al 2004) memaparkan bahwa bermain *game online* akan memicu *flow experience*, karena konsep *flow experience* ini adalah keadaan psikologis optimal

ketika individu terlibat dalam aktivitas yang menantang menurut (Mihaly Csikszentmihalyi, 1975 dalam Voiskounsky et al 2004).

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam gambaran pengalaman *Flow* (*flow experience*) terhadap pemain game online. Fokus penelitian mencakup beberapa aspek utama, yaitu mengetahui bagaimana *Flow Experience* mengeksplorasi para pemain game online serta mengidentifikasi kondisi yang menunjukkan terjadinya pengalaman *flow* pada pemain *game online*. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi dampak *flow experience* terhadap para pemain, baik dalam aspek kontribusi positif terhadap kesejahteraan individu maupun hubungan sosial mereka. Secara khusus, penelitian ini akan menganalisis bagaimana pengalaman *flow* dapat memperkuat hubungan sosial antara dunia *game* dan dunia nyata, sehingga memberikan pemahaman yang komprehensif tentang manfaat dan implikasi dari *flow experience* dalam kehidupan pemain game online.

Penelitian ini juga bermanfaat secara teoritis dengan memperkaya ilmu psikologi kognitif, khususnya tentang hubungan proses mental dan persepsi individu dalam pengalaman *Flow* (*flow experience*). Secara praktis, penelitian ini diharapkan membantu pemain *game online* mengelola *flow Experience* secara positif untuk meningkatkan motivasi, keterampilan bermain, dan mengurangi stres.

## Metode

### ***Instrumen Penelitian***

Instrumen riset menggunakan teknik wawancara semi terstruktur. Menurut dari artikel terdahulu dari (Yusuf, R., 2014) Wawancara semi terstruktur adalah proses wawancara yang menggunakan acuan wawancara yang bersumber dari pengembangan topik dan mengajukan pertanyaan secara lebih fleksibel. Wawancara dilakukan melalui mengajukan pertanyaan secara langsung kepada partisipan untuk menggali dan mendapatkan informasi yang berkaitan dengan data yang diperlukan. Wawancara dilakukan dengan pedoman wawancara atau *guide* wawancara, sehingga peneliti dapat mengembangkan pertanyaan-pertanyaan penelitian sesuai dengan kebutuhan informasi yang diperlukan. Pertanyaan ini menggambarkan afektif dari pemain untuk mengeksplorasi keseimbangan antara tantangan dan keterampilan memotivasi pemain untuk terus bermain dan mencoba tantangan baru, serta keterlibatan sepenuhnya pemain dalam bermain game.

*“Pernahkah Anda ketika dihadapkan dengan tantangan yang mengasah keterampilan Anda dalam bermain game tersebut dan Anda selalu mencari tantangan baru untuk mengasah kemampuan Anda?”*

*“Hal apa yang biasanya membuat anda begitu fokus saat bermain game?”*

Eksplorasi terkait *Flow experience* juga dapat diungkapkan dari aspek kognitif dengan fokus pada bagaimana pengalaman waktu pemain dapat berubah atau terdistorsi selama sesi bermain game online

*“Waktu bermain game, pernahkah anda merasa bahwa waktu berjalan lebih lambat atau lebih cepat dari biasanya?”*

Peneliti juga melakukan penggalian informasi dari aspek sosial, pertanyaan pada aspek ini berfokus pada pemain yang merasa terlibat dan terhubung dengan tindakan yang dilakukan dalam permainan.

*“Saat sedang bermain game, pernahkah anda merasa sangat terhubung dengan tindakan yang dilakukan di dalam game? Bisakah anda menggambarkan pengalaman anda tersebut?”*

Pada proses wawancara, peneliti menggunakan teknik ini untuk menambah kekayaan informasi dari partisipan tentang *flow experience* yang dialami dan dirasakan oleh partisipan yang bermain *game online*. Menurut penelitian terdahulu dari (Syafril et al., 2018) Pada pertanyaan yang diajukan, peneliti juga melakukan probing untuk memperoleh informasi lebih mendalam peneliti menyusun *guide* wawancara dengan menggunakan pertanyaan terbuka dalam bentuk bertahap dari *Building Rapport Sesuai*, Pengenalan, transisi, pertanyaan kunci-pertanyaan terbuka dan penutup.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Prosedur ini diawali dengan pencarian partisipan yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan menggunakan *Google Form*. Setelah itu, tim peneliti mulai menyusun panduan wawancara atau *guide* wawancara yang berlandaskan 9 dimensi dari teori *flow experience* atau pengalaman *flow* menurut Csikszentmihalyi (1997). Selanjutnya dilakukan wawancara secara langsung sebagai bagian studi pendahuluan untuk menggali pengalaman *flow* pada masing-masing partisipan. Setelah tahap tersebut dilakukan pemrosesan data berupa analisis data menggunakan *Software Nvivo*. Setelah hasil dari analisis telah di dapat dan telah dilakukan penarikan kesimpulan maka dilakukan tahap terakhir yaitu pelaporan hasil yang didapat berdasarkan tahap awal hingga tahap akhir.

### **Subjek Penelitian**

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* untuk pengambilan subjek atau

partisipan. Menurut Sugiyono (2018) teknik *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Aqillamaba, K., & Puspaningtyas, N. D., 2022). Kriteria partisipan pada penelitian ini yaitu individu yang secara aktif bermain game online. Informan berada dalam rentang usia 17 hingga 29 tahun dan memiliki pengalaman yang cukup dalam berinteraksi dengan fitur kompetitif maupun kolaboratif dalam game. Berdasarkan pendataan awal melalui kuesioner, terdapat 76 responden yang sesuai dengan kriteria partisipan. Berikut penyajian dalam bentuk tabel.

**Tabel 1**  
*Informasi Informan*

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	44	57,9%
Perempuan	32	42,1%
<b>Domisili</b>		
Banjarbaru	21	27,6%
Banjarmasin	14	18,4%
Lainnya	41	54,0%

Setelah dilakukannya proses seleksi, diperoleh 10 partisipan yang sesuai dengan kebutuhan penelitian untuk di wawancara lebih lanjut. Pemilihan partisipan sangat mempertimbangkan kesesuaian dengan kriteria yang telah ditetapkan serta kesediaan partisipan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kualitatif. Penelitian kualitatif didasarkan pada disiplin ilmu-ilmu sosial yang mencakup beberapa seperti ilmu psikologi, sosiologi, dan antropologi (Hasan, M. *et al.*, 2023). Sehingga metode kualitatif sendiri dapat digunakan pada penelitian ini yang termasuk dalam disiplin ilmu psikologi. Metode penelitian kualitatif dapat digunakan untuk menggali dan memperoleh data partisipan secara mendalam dan lebih detail berdasarkan tanggapan dari partisipan, pada penelitian ini yang menjadi *interviewer* atau peneliti berusaha memahami motivasi dan perasaan partisipan (Hasan, M. *et al.*, 2023).

Metode penelitian kualitatif didesain dengan cara yang dapat membantu mengungkapkan perilaku dan persepsi partisipan yang menjadi target dengan merujuk terhadap topik tertentu (Winarni, E. W., 2021). Jenis pendekatan yang dipilih berdasarkan metode kualitatif pada penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian secara mendalam tentang individu, kelompok, organisasi, program kegiatan, dan sebagainya dalam waktu yang telah ditentukan dengan tujuan untuk mendapatkan deskripsi secara menyeluruh dan mendalam dari sebuah entitas dengan menghasilkan data yang selanjutnya bisa dianalisis untuk menghasilkan teori (Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S., 2021). Namun, dalam penelitian ini, analisis data difokuskan untuk menguji dan memperjelas penjelasan yang telah ada, bukan untuk membangun teori baru secara keseluruhan. Penelitian eksplanatori bertujuan untuk menjelaskan mengapa suatu fenomena terjadi dan menguji atau mengembangkan teori yang sudah ada (Newman, 2013). Studi kasus dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai fenomena yang diteliti serta menguji atau memperjelas penjelasan yang ada terkait dengan topik penelitian.

Sebagaimana prosedur perolehan data penelitian kualitatif, data studi kasus dapat diperoleh melalui wawancara, observasi, dan catatan atau rekaman kegiatan atau peristiwa (Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S., 2021). Penelitian ini merujuk kepada perilaku pada pemain game online secara individual dan riset ini didasarkan pada teori *flow experience*.

### **Teknik Analisis**

Dalam peneliti analisis data menggunakan analisis Tematik melalui Aplikasi *Software Nvivo*. NVivo adalah perangkat lunak untuk pengembangan, dukungan, dan manajemen analisis data kualitatif yang fungsinya adalah untuk melakukan *coding* data secara efektif dan efisien (Priyatni, E. T. *et al.*, 2020). Aplikasi NVivo membantu peneliti dalam mempercepat dan mempermudah proses organisasi data sehingga data dapat diklasifikasikan dengan rapi (Priyatni, E. T. *et al.*, 2020). Aplikasi *software Nvivo* dapat membantu dalam penarikan kesimpulan hasil wawancara dalam menyelesaikan analisis kesimpulan penelitian yang dilakukan secara kualitatif (Zeng, H., & Yang, L., 2022). Langkah hasil analisis melalui verbatim wawancara, melakukan pengkodean atau *pengkodingan*, melakukan reduksi data, dan melakukan penarikan kesimpulan dari hasil analisis data.

## Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap gambaran pengalaman *Flow (Flow Experience)* pada pemain *game online*. Dalam proses pengambilan data, ditemukan bahwa pengalaman bermain para partisipan mencerminkan sembilan aspek *Flow* yang sering dirujuk dalam literatur, yaitu *challenge-skill balance, action-awareness merging, clear goals, unambiguous feedback, concentration on the task at hand, sense of control, loss of self-consciousness, transformation of time* dan *autotelic experience*. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, berikut merupakan hasil temuan yang menggambarkan bagaimana masing-masing aspek tersebut muncul dalam pengalaman bermain game online para partisipan.

### 1. *Challenge – skill balance*

Aspek ini menggambarkan keseimbangan antara tantangan dalam permainan dengan keterampilan individu. Seperti yang diungkapkan subjek MM merasa tertarik jika tantangan pada game seimbang dengan keterampilan bermain game yang dimiliki.

*“...Karena kan game itu apalagi kalau kita menang teruskan ya menang menang terus melawan orang-orang apalagi kasarnya orang-orang itu juga level nya setara dengan kita dan kita bisa ngalahin atau di atas kita, itu bisa ngalahin, itu kayak asik banget di situlah...”*

(MM, 31 Oktober 2024, 21)

Namun, di sisi lain juga terdapat hambatan seperti rasa takut merugikan tim dan rasa takut ketika menghadapi lawan yang dianggap memiliki performa yang lebih hebat. Seperti yang diungkapkan subjek MF

*“Pasti, di game lain kayak seperti di HOK lo, di HOK tuh yang paling tinggi tu di apa yo lah di atas GM kalau tidak salah, nah disitu tuh musuhnya tuh kan servernya tuh dari server sedunia nih global yang di indo nih rasanya kayak gampang gitu jadi ada mencoba musuh yang dari server cina atau dari PH kalau dari PH rasa ku masih mudah yang kalau ketemuin cina pasti langsung handak menyerah tapi handak coba lagi gitu kan.”*

(MF, 2 November 2024, 18)

Subjek MF juga mengungkapkan kecenderungan ingin terus meningkatkan keterampilan dalam bermain game saat dihadapkan tantangan yang sesuai dengan keterampilan yang dimiliki.

*“...jadi kalau kasarannya kalau ketemu musuh yang....masih baru, yang kasarannya gampang itu bikin aku ngantuk gitu jadi memang terus berusaha untuk ketemu orang orang di atas atau setara aku*

*untuk improve gitu jadi memang harus meningkat sih kesulitananya  
itu gak bisa stuck disitu... ”*

(MM, 31 Oktober 2024, 9)

## 2. Awareness Merging

Aspek ini menjelaskan dimana individu bertindak secara otomatis tanpa perlu pemikiran panjang terlebih dahulu. Pada aspek ini juga pemain akan merasa terlibat sepenuhnya dalam permainan. Sehingga aktivitas yang dilakukan terasa lebih alami serta lebih mulus. Seperti yang diungkapkan subjek terlibat secara penuh pada permainan hingga memunculkan reaksi otomatis tanpa pemikiran panjang terlebih dahulu.

*“Ya terhubung sih, kaya aku mau kemana ini tangan aktif aja kaya  
gitu nah, aku mau kesini harus kesini”*

(PS, 19 November 2024, 43)

Subjek MF mengungkapkan peran yang diambil dalam permainan sangat melekat pada dirinya sehingga dapat memerankan dengan maksimal

*“Oh itu pasti sih jadi karena misal aku mau berperan sesuatu ya di  
game MOBA itu itu benar-benar buat aku kayak harus bertanggung  
jawab dan apapun caranya aku harus bisa maksimal memerankan  
peran itu gitu. Jadi aku nggak berani ambil peran yang kasarannya  
aku belum bisa kuasai.”*

(MF, 31 Oktober 2024, 36)

Fenomena tersebut terjadi karena subjek melakukan latihan secara rutin sehingga memungkinkan untuk terhubung secara emosional pada permainan. Seperti yang diungkapkan subjek MF dan M

*“Biasanya sering yang pasti aku pegang game tuh dari early sampai  
late game lo, harus aku yang megang karena aku main roam tapi  
biasanya minta bantuan juga sama apa, lawan exp laner gitu nah  
lawan fighternya”*

(MF, 31 Oktober 2024, 14)

*“..jangan main war-war kayak main perang-perang aja tapi  
duitnya gak ada ya kalah terus loh jadi mainnya sabar, strategi juga  
ada terus tuh jangan toxic sebenarnya bisa-bisa aja toxic kan gak  
kena sekali ketemu aja tapi menguras energi kan toxic itu jadi lebih  
baik diam kalo menurut aku lebih baik gak peduli fokus aja main  
gitu yang kayak cuek aja ya kayak dalam game kalau orang iya  
biasanya kan ada ya orang yang main game itu kayak terbawa juga  
emosinya ya kayak gitu”*

(M, 21 November 2024, 51)

### 3. Clear Goals

Pada aspek ini dijelaskan bahwa seseorang akan menetapkan tujuan yang jelas akan apa saja yang ingin dilakukan untuk hal yang ingin dicapai. Diketahui bahwa semua subjek memiliki tujuan yang jelas dalam bermain game online. Seperti yang diungkapkan subjek SM dan AN

*“Ada, kalo nya di mobile legend itu kan ada rank. Kaya penentu tingkatan akun. Nah, aku kemaren tuh ngejar glory. Nah jadi itu yang aku kejar. ”*

(SM, 21 November 2024, 58)

*“Kalo.. tergantung sih ya, ada juga loh targetnya cari uang di game. Yaa tergantung target masing masing sih. Kalo kaka kan targetnya sekedar membahagia kan diri. Kadang ada yang targetnya dia jadi pro, diandalkan dalam game itu, dia butuh jual fitur-fitur di dalam game itu. Misalnya nih kaya jasa joki. Bisa juga jual barang di dalam item di game tersebut. Nah itu tergantung tujuannya masing-masing sih”*

(AN, 22 November 2024, 29)

Beberapa dari tujuan mereka yaitu mempertahankan tingkatan akun, meningkatkan level dalam permainan, dan untuk kesenangan pribadi. Subjek beranggapan bahwa fokus pada tujuan akan membantu mereka bermain dengan lebih terarah. Seperti yang diungkapkan subjek PS

*“Harapannya sih karena di game tuh kan macem-macem kan ada prestasinya juga sama kaya di dunia nyata ya itu pasti aku ingin juga ngedapetinnya cuma ya karena keterbatasan juga kaya entah itu finansial kan perlu dana juga uang jadi ya semampuku aja jadi kalau memang butuh e buat ngisi buat dana buat apa pengisian sekira pakai uang itu tuh nggak dipakai nggak ku lakuin cuma kaya ya biarin ajalah gitu terus kalau yang prestasi tuh kan disitu ada kompetisi juga antar eee...pemain-pemain lain jadi kaya ingin tau tingkat kemampuan ku kek mana ya gitu aja ”*

(PS, 19 November 2024, 29)

### 4. Unambiguous Feedback

Aspek ini menggambarkan umpan balik yang jelas dan cepat yang didapat individu saat melakukan suatu aktivitas tertentu. Pemain game dapat menggunakan umpan balik ini untuk mengevaluasi performa dalam bermain game. Terdapat variasi dari subjek terkait umpan balik yang di dapat dari pemain lain. Dua subjek merespon umpan balik yang mereka terima sesuai dengan yang mereka terima. Jika mendapat umpan balik yang negatif, maka subjek akan

meresponnya dengan hal serupa. Namun jika umpan balik yang di dapat bersifat positif maka subjek cenderung diam dan mengabaikannya.

*“...kalau dari ada umpan balik, nah kalau umpan baliknya negatif ya aku balas negatif juga, kalau umpan baliknya positif aku cenderung buat kayak enggak menghiraukan sih, jadi kayak ya udah sih gitu,...”*

(MM, 31 Oktober 2024, 30)

*“Ya, berpengaruh aja kaya kalau itu masukannya bagus kan pasti bagus juga kan jadinya. Kaya ibaratnya support sistem lah jadinya. Kalau yang nggak bagus ya ya emosi juga kesel-kesel gitu”*

(PS, 19 November 2024, 41)

Dan beberapa subjek lain nya merasa senang mendapat umpan balik dari pemain lain dan menganggap umpan balik tersebut membantu mereka untuk mencapai kemenangan. Seperti yang diungkapkan subjek M

*“Hmm, terkadang iya. Karena aku sebelumnya belum terlalu paham tentang item di Mobile Legends. Dari rekan biasanya dikasih tau, eh ini, katanya. Beli item ini untuk ini Jadi aku paham, jadi kalau musuhnya ini aku harus beli ini Gara-gara si rekan tadi ngasih tahu sebelumnya Sebelumnya kan aku nggak tahu, karena dikasih tahu jadi tahu”*

(M, 21 November 2024, 42)

##### 5. Concentration on the Task at Hand

Aspek ini menggambarkan individu yang berfokus secara penuh pada aktivitas yang dilakukan tanpa diganggu oleh hal lain. Konsentrasi ini muncul secara alami, individu tidak berupaya untuk mengendalikan ataupun menekan pikiran mereka. Bagi pemain game, konsentrasi yang baik adalah hal yang sangat penting dalam permainan. Dengan konsentrasi yang tinggi maka akan lebih memudah kan pemain game untuk meningkatkan keterampilan mereka dan kepuasan akan permainannya. Semua subjek berkonsentrasi penuh ketika bermain game. Hingga beberapa dari mereka memilih untuk mengabaikan lingkungan sekitar. Subjek cenderung akan melakukan berbagai untuk mempertahankan fokus seperti menjauh dari tempat ramai ataupun bermain di larut malam agar terhindar dari gangguan eksternal. Seperti yang diungkapkan subjek MF dan A

“Nah biasanya gak boleh lah aku otomatis fokus aja bang biasanya kecuali kalau lagi kerja kelompok kaitu nah, supaya tidak terdistraksi biasanya ku benjauh ke sana dari kekawananannya tapi biasanya di datangnya pang tetap”

(MF, 2 November 2024, 31)

“Iya.. tapi biasanya saya itu main malem sama teman-teman jadi kadang waktunya misalnya mau mengerjakan sesuatu pasti dikerjakan dulu baru main game, habis itu biasanya sampai tengah malam. Itu waktunya lumayan kebuang.”

(A, 30 Oktober 2024, 10)

#### 6. Sense of Control

Aspek ini menggambarkan individu yang dapat mengendalikan aktivitas yang dilakukan tanpa usaha lebih. Pada pemain game kemampuan pengendalian situasi dalam game dapat membantu berinteraksi dengan lebih efisien dan efektif tanpa merasa terbebani. Selain itu, kemampuan pengendalian situasi game ini juga akan membantu pemain untuk meningkatkan keterampilan yang dimiliki. Subjek memegang kendali sepenuhnya dalam permainan. Beberapa subjek bahkan memegang kendali dalam permainan yang berbentuk tim. Seperti yang diungkapkan subjek

“Biasanya di lord pang, pabila misalnya menit 12 ke atas tuh pasti roamnya nih di depan dah open open map open bush gitu loh pabila main MOBA nih biasanya aku di sebelah kiri lord misalnya lordnya di atas aku ambil di kiri biasanya di dalam bush kiri atas biasanya aku pakai kupra skill 1 udah di apa ya namanya udah kuarahkan ke lock anunya dah apa jungler yang lawan MM nya dan misalnya aku pegangi belakangnya depannya sisanya war”

(MF, 31 Oktober 2024, 13)

Menurut subjek, Kemampuan mengendalikan permainan tersebut akan membantu mereka untuk keputusan yang strategis dan meningkatkan peluang mencapai kemenangan. Seperti yang diungkapkan subjek M

“Tapi kalo di strategik, misalnya malam ini jam sekian main sama orang-orang yang aku kenal, misalnya contohnya ada gitu temanmu juga ini jadi ini terus aku jadi ini sesuai role nya masing-masing itu biasanya win rate nya lebih tinggi kemenangannya ya apa ya hasil pasti menangnya tuh lebih tinggi”

(MM, 31 Oktober 2024, 19)

#### 7. Lost of Self – Consciousness

Aspek ini menggambarkan tentang kemampuan individu untuk terlibat sepenuhnya bahkan hingga menyatu pada aktivitas yang dilakukan. Seorang pemain game yang mampu terlibat

sepenuhnya pada aktivitas di dalam game akan menciptakan pengalaman yang bermakna dan memunculkan kepuasan dalam diri. Subjek mengalami keterlibatan penuh dalam permainan. Namun keterlibatan tersebut mengarahkan pada hal yang negatif seperti menurunnya interaksi sosial, pengabaian lingkungan sekitar, tidak mengerjakan tugas, tidur larut malam, mudah marah hingga penurunan motivasi untuk melakukan kegiatan lainnya. Seperti yang diungkapkan subjek MF dan MM

*“Biasanya malah lebih ke negatif lo karena main game terlalu fokus terlalu kompetitif jadinya banyak emosi”*

(MF, 2 November 2024, 26)

#### 8. Transformation of Time

Pada aspek ini pemain game mengalami lupa waktu. Aspek ini menggambarkan perasaan tidak menyadari waktu yang berlalu. Ketika bermain game online, subjek mengungkapkan kerap mengalami lupa waktu. Mereka merasa waktu berjalan dengan cepat saat terlalu fokus pada permainan. Seperti yang diungkapkan subjek MM

*“aku main ngeliat jam terakhir itu jam 12 siang terus karena saking asik banget sama temen-temen itu sampe-sampe ternyata udah maghrib gitu jadi bener-bener aku lupa waktu dan bahkan sampe gak bisa.... nggak peka dengan lingkungan sekitar bahwa hari itu sudah gelap...”*

(MM, 31 Oktober 2024, 12)

Namun pada salah satu subjek diketahui telah mampu membagi waktu bermain dengan baik. Seperti yang diungkapkan subjek A

*“... Cuman sekarang kan kaka sudah bisa membagi nih posrsinya nih. Kalo main game nih misalnya mobile legends,ee.. dalam game misalnya memerlukan 20 menit nah kaka membatasi sampai 4 kali main game, palingan sejam....”*

(A, 22 November 2024, 24)

#### 9. Autotelic Experience

Aspek ini menggambarkan tentang individu yang melakukan suatu aktivitas untuk kepentingan diri sendiri. Individu tersebut juga tidak mengharapkan imbalan apapun. Subjek bermain game karena kesenangan pribadi, seperti kepuasan pribadi, hobi, hiburan hingga pelepas rasa lelah. Seperti yang diungkapkan oleh subjek PPS, AKR, dan SN

*“...jadi kaya bisa mendalami suatu karakter yang kumainkan em terus kalau dampak positifnya tuh ya senang aja ada hiburan”*

(PS, 19 November 2024, 20)

“...waktu bermain game itu bukan suatu hal yang dipusingkan enjoy aja mau kalah atau mau menang terobos aja dulu dan itu yang bikin seru”

(AKR, 16 November 2024, 13)

“...justru main game aku jadi happy deh kayaknya, heeh karna kalo aku main game tu kayak buat refreshing aja”

(SN, 1 November 2024, 2)

Pengalaman bermain ini akan memberikan memberikan kepuasan emosional yang mendalam dan memotivasi untuk terus bermain. Seperti yang diungkapkan subjek M

“misal di awal itu kita dalam posisi yang kalah, tapi kita bisa berhasil memenangkan gamenya itu kan kayak puas banget gitu kan ya disitu tantangan itu....sensasi itu sih sebenarnya bikin game MOBA itu asik kayak ada tantangannya dari pihak lawan terus nanti kita berhasil meng-overcome kekurangan dan terus memenangkan gamenya di akhir itu sih yang membuat aku kayak asik sih ini game dan itu yang membuat aku bertahan sama game MOBA sampai sekarang”

(M, 31 Oktober 2024, 8)

**Tabel 2**  
*Data Kualitatif*

Aspek	Kappa	Kesepakatan (%)	Ketidaksepakatan (%)	Interpretasi
<b>Challenge – skill balance</b>	0,0	95,70	4,30	Tingkat kesepakatan (95,70%), namun nilai kappa rendah (0,0) mengindikasikan keandalan yang lemah akibat variasi interpretasi yang signifikan pada beberapa data.
<b>Action – Merging</b>	0,4	98,35	1,65	Tingkat kesepakatan tinggi (98,35%) dengan nilai kappa (0,4), menunjukkan konsistensi yang cukup baik
<b>Clear Goals</b>	0,0	97,70	2,30	Tingkat kesepakatan tinggi (97.70%) namun nilai kappa yang rendah (0.0). mengindikasikan adanya ambiguitas dalam pemahaman dimensi.

<b>Unambiguous Feedback</b>	0,3	97,87	2,14	Tingkat kesepakatan tinggi (97.87%) dengan nilai kappa yang tidak rendah (0.3).
<b>Concentration on on the Task at Hand</b>	0,1	97,01	2,99	Tingkat kesepakatan tinggi (97.01%) dengan nilai kappa yang rendah (0.1)
<b>Sense of Control</b>	0,2	97,26	2,74	Tingkat kesepakatan yang tinggi (97.26%) dengan nilai kappa yang rendah (0.2)
<b>Loss of Self-Consciousness</b>	0,5	99,16	0,84	Tingkat kesepakatan tinggi (99.16%) dengan nilai kappa cukup baik (0.5)
<b>Transformation of Time</b>	0,0	96,85	3,15	Tingkat kesepakatan tinggi (96.85%) dengan nilai kappa yang rendah (0.0)
<b>Autotelic Experience</b>	0,2	98,50	1,50	Tingkat kesepakatan yang tinggi (98.50) dengan nilai kappa yang rendah (0.2)

Tabel 2 menyajikan data kualitatif tentang pengalaman *Flow Experience* pada pemain *game online* sesuai sembilan aspek. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar aspek mempunyai tingkat kesepakatan tinggi, berkisar antara 95% sampai 99%, yang mengindikasikan bahwa mayoritas partisipan mempunyai pengalaman bermain yang mirip. Namun, terdapat nilai kappa yang minim pada beberapa aspek, seperti *Challenge-Skill Balance* (0,0), *Clear Goals* (0,0), dan *Transformation of Time* (0,0), yang memperlihatkan adanya variasi interpretasi di antara partisipan sesuai pengalaman mereka. Sebaliknya, aspek *Loss of Self-Consciousness* mempunyai nilai kappa tertinggi (0,5), memperjelas bahwa banyak pemain mengalami keterlibatan tinggi hingga merasa menurunnya kesadaran diri terhadap lingkungan sekitar saat bermain *game online*.

Hasil ini memperjelas bahwa *Flow Experience* memiliki dampak signifikan pada pengalaman bermain *game online*, dengan mayoritas pemain mengalami fokus yang mendalam, keterlibatan emosional tinggi, dan kehilangan kesadaran waktu saat bermain *game online*. Namun, rendahnya nilai kappa pada beberapa aspek menandakan bahwa pengalaman *Flow* tidak selalu searah dan bisa juga bervariasi sesuai dengan individu. Temuan ini juga memperlihatkan bahwa pentingnya keseimbangan antara tantangan dan keterampilan dalam menciptakan pengalaman bermain yang terbaik, sekaligus melihat potensi munculnya dampak negatif seperti kecanduan dan gangguan sosial jika pengalaman *Flow* tidak dikelola secara baik.

## Diskusi

Penelitian ini menunjukkan bahwa *flow experience* yang dialami pemain *game online* mencakup berbagai aspek psikologis yang saling berkaitan. Aspek-aspek tersebut, seperti *challenge-skill balance*, *action-awareness merging*, *clear goals* dan *transformation of time*, berperan penting dalam menciptakan keterlibatan emosional pemain selama bermain game. Para subjek dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa mereka sering kali merasa sangat fokus pada permainan hingga mengabaikan lingkungan sekitar. Temuan ini mendukung teori Csikszentmihalyi (1990) yang menyatakan bahwa *flow* terjadi ketika tantangan aktivitas seimbang dengan keterampilan individu. Namun, penelitian ini juga menemukan adanya hambatan seperti kecemasan terhadap kegagalan, yang konsisten dengan teori *self-determination* (Rian & Deci, 2000). Hal ini menggarisbawahi pentingnya keseimbangan antara tantangan dan keterampilan untuk menciptakan *flow* yang optimal.

Aspek *action-awareness merging* juga ditemukan sangat dominan. Para pemain menggambarkan pengalaman keterlibatan total dalam game hingga keputusan yang diambil terasa sangat signifikan, baik secara emosional maupun sosial. Beberapa subjek bahkan mengeluhkan perasaan bersalah jika keputusan mereka berdampak negatif pada anggota tim. Fenomena ini sejalan dengan penelitian Yee (2006), yang menjelaskan bahwa interaksi dalam permainan dapat memicu emosi yang intens dan mempengaruhi hubungan sosial antar pemain. Selain itu, aspek *clear goals* menunjukkan bahwa pemain dengan tujuan spesifik, seperti meningkatkan peringkat akun atau memenangkan pertandingan, cenderung memiliki motivasi intrinsik yang lebih tinggi untuk terus bermain.

Hasil penelitian ini konsisten dengan studi sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Adji dan Diantina (2017), dimana pemain profesional mengindikasikan pengalaman *flow* yang kuat saat bermain. Namun, penelitian ini juga mengungkap aspek unik dari pemain non-profesional, seperti percampuran emosi positif dan negatif selama bermain. Misalnya, pemain merasa puas ketika menang tetapi juga cemas atau frustrasi ketika kalah. Hal ini menunjukkan bahwa *flow* pada pemain non-profesional memiliki kompleksitas yang belum banyak dieksplorasi dalam penelitian sebelumnya.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam pemahaman psikologi permainan, terutama dalam bagaimana *flow* dapat mempengaruhi aspek kognitif, afektif, dan sosial pemain *game online*. *Flow* tidak hanya meningkatkan keterampilan pengambilan keputusan dan

konsentrasi, tetapi juga memicu keterlibatan emosional yang mendalam. Namun, dampak negatif seperti kecanduan bermain game menunjukkan pentingnya edukasi tentang pengelolaan *flow experience*, terutama di kalangan remaja. Pemain game perlu dibimbing untuk mengelola waktu bermain mereka agar tidak mengorbankan keseimbangan aktivitas sehari-hari.

Penelitian ini juga memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, ukuran sampel yang kecil dan terbatas pada wilayah tertentu membuat hasil penelitian ini kurang dapat digeneralisasi. Kedua, penggunaan metode kualitatif lebih cocok untuk menggali wawasan mendalam tetapi kurang mampu mengidentifikasi hubungan kausal antara *flow experience* dan dampak spesifiknya. Ketiga, analisis data, meskipun menggunakan perangkat lunak NVivo, tetap dipengaruhi oleh subjektivitas peneliti.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya pengembangan program intervensi yang membantu pemain game mengelola pengalaman *flow* secara sehat. Pengembang game juga dapat mempertimbangkan desain yang mendorong *flow* positif tanpa memicu perilaku adiktif. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan menggunakan metode kuantitatif dengan sampel yang lebih besar untuk mengukur korelasi antara dimensi *flow* dengan dampaknya secara terperinci. Selain itu, studi intervensi yang dirancang untuk membantu pemain mengelola *flow* dapat memberikan manfaat praktis yang lebih besar bagi individu dan komunitas.

## Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *flow experience* saat bermain game online ditandai dengan keterlibatan penuh, konsentrasi tinggi, dan hilangnya persepsi waktu. Pengalaman ini berdampak positif pada aspek kognitif seperti fokus, pemecahan masalah, dan kerja sama, terutama dalam game yang bersifat kolaboratif. Namun, tanpa manajemen waktu yang baik, *flow* dapat menyebabkan bermain berlebihan dan menurunkan produktivitas.

Implikasi yang dapat diberikan adalah diperlukannya edukasi tentang literasi digital, manajemen waktu, serta penguatan interaksi sosial positif dalam game untuk memastikan pengalaman bermain tetap adaptif dan mendukung kesejahteraan psikologis maupun sosial pemain.

## Daftar Pustaka

- Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.
- Aditama, F. F. *Pengaruh impulsivitas, flow experience dan jenis kelamin terhadap adiksi game online* (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Anggraini, N. V., & Ratnawati, D. (2022). Perilaku bermain game online terhadap insomnia pada remaja di Bogor. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1).  
<https://doi.org/10.30651/jkm.v7i1.9831>
- APJII. (2024). *Penetrasi & profil perilaku pengguna internet Indonesia tahun 2024* (hal. 51). Retrieved from www.apjii.or.id
- Aqillamaba, K., & Puspaningtyas, N. D. (2022). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap hasil belajar siswa dalam pembelajaran matematika. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik (JI-MR)*, 3(2), 54–61.
- Brown, A., et al. (2008). The role of self-consciousness in creative engagement. *Journal of Creative Behavior*, 42(2), 101–116.
- Chan, K., Wan, K., & King, V. (2021). Performance over enjoyment? Effect of game-based learning on learning outcome and flow experience. *Frontiers in Education*, 6, 660376.  
<https://doi.org/10.3389/feduc.2021.660376>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Darmawan, M. A. (2020). *Pengaruh flow dan motivasi sosial terhadap adiksi game online pada remaja* (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Dayanti, D., & Syafi'i, M. (2020). Pengaruh mengakses game online mobile legends terhadap perilaku komunikasi dalam bersosialisasi remaja di Kota Batam. *Scientia Journal: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1).
- Dewi Handayani, dkk. (2022). Dampak permainan game online terhadap manajemen waktu siswa. *Jurnal Pendidikan*.
- Dhini, V. A. (2022, February 16). Jumlah gamers Indonesia terbanyak ketiga di dunia. Databoks.  
<https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/950b8ba78451f97/jumlah-gamers-indonesia-terbanyak-ketiga-di-dunia>
- Ghuman, J., & Griffiths, M. D. (2012). Kecanduan game online: Dampak dan solusi. *Journal of Behavioral Addictions*.

- Gilbert, N. (2022, January 14). Number of gamers worldwide 2022/2023: Demographics, statistics, and Predictions. *FinancesOnline*. <https://financesonline.com/number-of-gamers-worldwide/>
- Gouldner, A. W. (1960). The norm of reciprocity: A preliminary statement. *American Sociological Review*, 25(2), 161–178.
- Gurusinga, R. (2021). Gaming disorder dalam perubahan perilaku remaja. *WartaEQ*.
- Hasan, M., Harahap, T. K., Hasibuan, S., Rodliyah, I., Thalhah, S. Z., Rakhman, C. U., & Arisah, N. (2023). *Metode penelitian kualitatif*. Penerbit Tahta Media.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81–112. <https://doi.org/10.3102/003465430298487>
- Hello Sehat. (2024). Dampak negatif sering bermain game bagi anak. *Hello Sehat*.
- Kahneman, D. (1973). *Attention and effort*. Prentice Hall.
- Lengkong, V., & Juwono, I. D. (2019). Motivasi pada pemain game online kompetitif: Studi kasus pada gamer di Indonesia. *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Liu, Z., Zhang, Y., Chen, Z., Li, Z., & Liu, X. (2021). GUX-Analyzer: A deep multi-modal analyzer via motivational flow for game user experience. *arXiv preprint arXiv:2112.11730*.
- Mayangsari, M., & Pratiwi, S. D. (2019). Flow akademik pada mahasiswa yang aktif berorganisasi dan bekerja. *Psycho Holistic*, 1(2), 47–52.
- Moneta, G. B. (2004). The role of goals in the experience of flow. In *Flow in sports: The keys to optimal experiences and performances* (pp. 43–57). Human Kinetics.
- Norsworthy, C., Dimmock, J. A., Nicholas, J., Krause, A., & Jackson, B. (2023). Pelatihan aliran psikologis: Kelayakan dan kemanjuran awal intervensi pendidikan pada aliran. *Jurnal Internasional Psikologi Positif Terapan*, 8(3), 531–554.
- Nursalim, M. (2017). Peran konselor dalam mengantisipasi krisis moral anak dan remaja melalui pemanfaatan media baru. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 1(2), 59–65.
- Ondang, G. L., Mokalu, B. J., & Goni, S. Y. V. I. (2020). Dampak game online terhadap motivasi belajar mahasiswa jurusan sosiologi Fispol Unsrat. *Holistik: Journal of Social and Culture*. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/holistik/article/view/29290>
- Priyatni, E. T., Suryani, A. Q., Fachrunnisa, R., Supriyanto, A., & Zakaria, I. (2020). *Pemanfaatan NVivo dalam penelitian kualitatif*. UM The Learning University.

- Purnomo Adji, R. P., & Diantina, F. P. (2017). Pengalaman flow pada professional gamers game online Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 727–732.
- Putra, A. E. (2024). *Gaming psychology: Seni manipulatif game terhadap emosi dan perilaku*.
- Putra, A. R., & Rusli, D. (2021). Hubungan intensitas bermain game online dengan kecenderungan perilaku agresif pada remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(2). <https://doi.org/10.24036/jrp.v2021i2.11663>
- Rachmawati, P. (2015). Pengaruh motivasi bermain game online MMORPG dan dukungan sosial terhadap adiksi game online pada remaja di Tangerang.
- Rahman, I. A., Ariani, D., & Ulfah, N. (2022). Tingkat kecanduan game online pada remaja. *Jurnal Mutiara Ners*, 5(2), 85–90.
- Riandani, A. (2020). Dampak positif bermain game terhadap prestasi dan kesehatan mental. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 45–60.
- Salas, E., Sims, D. E., & Klein, C. (2005). Effects of team dynamics on team performance: A meta-analytic examination of the team performance literature. *Personnel Psychology*, 58(3), 541–573.
- Scharkow, M., Festl, R., Vogelgesang, J., & Quandt, T. (2014). Uses and gratifications of gaming: A systematic review of the literature. *Computers in Human Behavior*, 35, 293–298.
- Slameto, A. (2020). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Rineka Cipta.
- Sutarsih, T., Sari, E., Syakilah, A., & Maharani, K. (2024). *Statistika Telekomunikasi Indonesia* (R. Rufiadi, Ed.; A. Syakilah, Compiler; Vol. 12). Badan Pusat Statistik Indonesia.
- Syafril, S., & Erlina, N. (2018). Menyiapkan protokol interview, memilih informan dan melakukan probing dalam penelitian kualitatif. <https://doi.org/10.31219/osf.io/pvsh3>
- Voiskounsky, A. E., Mitina, O. V., & Avetisova, A. A. (2004). Playing online games: Flow experience. *PsychNology Journal*, 2(3), 259–281. <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2014.28001>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Walker, M. (2017). *Why we sleep: Unlocking the power of sleep and dreams*. Scribner.
- Winarni, E. W. (2021). *Teori dan praktik penelitian kuantitatif, kualitatif, PTK, R & D*. Bumi Aksara.

- Yee, N. (2006). The demographics, motivations, and derived experiences of users of massively multi-user online graphical environments. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 15(3), 309–329. <http://dx.doi.org/10.1162/pres.15.3.309>
- Yusuf, R. (2014). Kinerja Balai Besar POM Yogyakarta dalam pengawasan produk obat dan makanan yang berbahaya.
- Zeng, H., & Yang, L. (2022). The innovation and development path of cultural and creative industries in Anhui Province, China: NVivo12-based policy text analysis. *Computational Intelligence and Neuroscience*, 2022(1), 6202746. <http://dx.doi.org/10.1155/2022/6202746>