

The Relationship Between Fear of Missing Out and Internet Gaming Disorder in Gacha Game Players

Hubungan Antara *Fear of Missing Out* dengan *Internet Gaming Disorder* Pada Pemain *Game Gacha*

Brigit Vioga Utama¹, Rahayu Hardianti Utami²

^{1,2}Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

E-mail: brigitviogautama@gmail.com

Abstract

Gacha is a game system for getting characters or items in video games using virtual currency. However, on average, existing *gacha* games have a limited *gacha* schedule, meaning that players have a limited time to get them. This can influence the emergence of *fear of missing out* and *internet gaming disorder* in *gacha* game players. This research aims to see the correlation between *fear of missing out* and *internet gaming disorder* in *gacha* game players. The research sample consisted of 101 individuals selected using purposive sampling techniques. Data collection was conducted using the *fear of missing out* and *internet gaming disorder* scales. Data analysis using the Pearson technique shows that there is a significant and positive relationship between *fear of missing out* and *internet gaming disorder* with a correlation coefficient of 0.575.

Keywords: *Fear of Missing Out, Internet Gaming Disorder, Gacha Games*

Abstrak

Gacha adalah sistem permainan untuk mendapatkan karakter atau item yang ada di dalam video game dengan menggunakan mata uang virtual. Namun, rata-rata *game gacha* yang ada memiliki jadwal *gacha* yang bersifat *limited*, artinya para pemain memiliki waktu yang terbatas untuk mendapatkannya. Hal ini dapat mempengaruhi timbulnya *fear of missing out* dan *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *fear of missing out* dengan *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*. Sampel penelitian terdiri dari 101 individu yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui skala *fear of missing out* dan *internet gaming disorder*. Analisis data menggunakan teknik analisis *Pearson* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara *fear of missing out* dengan *internet gaming disorder* dengan koefisien korelasi 0,575.

Kata Kunci: *Fear of Missing Out, Internet Gaming Disorder, Game Gacha*

PENDAHULUAN

Video game merupakan sesuatu yang dapat dimainkan yang memiliki aturan tertentu sehingga ada yang menang dan ada yang kalah, biasanya dalam situasi yang tidak serius atau untuk tujuan refreshing. Seiring dengan perkembangan waktu, *video game* mengalami perubahan yang sangat cepat. Dahulu, kebanyakan *video game* dimainkan secara *offline* dengan sistem beli putus. Artinya, *video game* yang telah dibeli merupakan hak penuh bagi pembeli dan *developer* dari *video game* tersebut tidak perlu mengurus kembali *video game* yang telah dibeli (K. Amira, 2024). Namun, fenomena saat ini berkembang sebuah sistem di dalam *video game online* bernama *gacha*, yang mengharuskan para pemain tidak hanya bermain *video game*-nya saja, tetapi pemain juga harus memperhatikan perkembangan *game* yang terbaru dari *developer video game*.

Gacha adalah sistem permainan untuk mendapatkan karakter atau item yang ada di dalam *video game* dengan menggunakan mata uang *virtual*. Sistem *gacha* dulunya dikenal sebagai mainan capsule box otomatis yang sangat asyik untuk dimainkan. Mesinnya dulu banyak ditemui di pusat

perbelanjaan di kota besar. Semua yang ingin bermain mesti membeli koin dan memasukkannya ke dalam mesin terlebih dahulu. Jika ia beruntung, maka bisa mendapatkan hadiah yang menyenangkan secara acak. *Gacha* punya sistem yang mirip dengan *spinning wheel* atau *lucky draw* dalam praktiknya (Amira, 2024). Jadi, tentunya tak ada kepastian akan mendapatkan sesuatu yang berarti dan menggunakan *probability* di setiap item atau karakter.

Salah satu tujuan utama pembuatan game online adalah meraup keuntungan maksimal dengan memanfaatkan teknologi. Secara garis besar, jika dilihat berdasarkan perspektif perusahaan, semakin banyak manusia yang memainkan *video game* secara intensif maka semakin banyak keuntungan yang didapatkan. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa bermain *video game* dalam intensifitas yang tinggi dapat menyebabkan adiksi.

Menurut Steverson (2020) adiksi atau perilaku adiktif memiliki pengertian yang banyak seperti gangguan mental, gejala neuropsikologis atau kebiasaan dan gaya hidup yang maladaptif. Penggunaan umum adiksi dalam pengobatan, adalah sebagai gejala neuropsikologis yang mendefinisikan adanya dorongan yang meluas atau berlebihan dan intens untuk terlibat dalam kategori dorongan perilaku atau impuls terhadap 5 imbalan sensorik (misalnya alkohol, obat-obatan, seks, perjudian, video game) (Gilley, 2018). Berdasarkan pengertian di atas, adiksi terbagi atas 2 bentuk, yaitu adiksi zat (*substance addiction*) dan adiksi perilaku (*behavioral addiction*).

Istilah adiksi perilaku (*behavioral addiction*) mengacu pada dorongan untuk *engage* dalam *natural reward* yang menggiurkan dan menarik meskipun mengetahui dampak negatifnya (Brenda Goodman, 2022). Adiksi tersebut dapat bersifat pasif ataupun aktif, tetapi biasanya mengandung fitur *reinforcing*, yang ditemukan di sebagian besar adiksi (Grant et al., 2010). Menurut *DSM-V*, *Internet Gaming Disorder* merujuk pada “pemakaian internet secara terus-menerus selama 6-10 jam per hari dalam rentang waktu setidaknya 12 bulan sehingga menyebabkan gangguan klinis”. Para ahli telah mendefinisikan *internet gaming disorder* sebagai *addiction*, terutama judi patologis seperti ketagihan, modifikasi mood, *tolerance*, penarikan diri, konflik interpersonal dan intrapsikis, dan *relapse* (Griffiths, 2005)

Beberapa tahun belakangan ini, terdapat konsep *fear of missing out (FoMO)* yang telah berkembang luas dalam konteks penggunaan sosial media (Alt, 2017; Przybylski et al., 2013). *FoMO* didefinisikan sebagai kekhawatiran yang mendalam ketika orang lain merasakan pengalaman berharga ketika dirinya tidak memiliki pengalaman tersebut (Przybylski et al., 2013). *FoMO* dianggap sebagai sifat (*trait*) *personal disposition* berdasarkan kestabilannya sebagai karakteristik individu (contohnya *trait-FoMO*) serta berperan penting dalam konteks penggunaan aplikasi komunikasi berbasis *online* (contohnya *state-FoMO*) (Wegmann et al., 2017). Oleh karena itu, *FoMO* merupakan fenomena yang lebih kompleks yang mencerminkan kognisi tertentu yang berkaitan dengan rasa takut kehilangan sesuatu yang terjadi secara *online*.

Penelitian yang dilakukan oleh (Prawesti & Sari, 2021) menunjukkan bahwa 20,62% mahasiswa di Indonesia mengalami *internet gaming disorder*, di mana sebagian besar terjadi pada laki-laki (7,5%). Penelitian ini sejalan dengan *DSM-V* yang menunjukkan bahwa laki-laki mengalami *internet gaming disorder* lebih besar dari pada perempuan. BSurvei yang dilakukan kepada 470 responden pemain *game online (gamer)* di Indonesia, rata-rata responden pemain *game online* berusia 16-41 tahun (Burhan, 2022). Usia tersebut dapat dikategorikan sebagai usia dewasa awal menurut (Hurlock, 1998). Kementerian Kominfo, Asosiasi Game Indonesia (AGI), dan Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) telah melakukan penelitian mengenai industri *game* di Indonesia bersama firma riset industri game Asia, Niko Partners (Putri & Julianto, 2022). Hasil dari penelitian tersebut mengungkapkan bahwa jumlah pemain *game mobile* berada di urutan pertama dengan jumlah pemain 121,7 juta di tahun 2021 dan disusul oleh pemain gim PC sebanyak 53,4 juta pemain (Putri & Julianto, 2022).

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *fear of missing out* dan *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan manfaat secara praktis dan teoritis berupa pengetahuan, informasi, dan masukan bagi pemain *game gacha*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan metode kuantitatif, yakni metode penelitian ilmiah yang datanya dinyatakan dalam bentuk numerikal kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Fear of Missing Out (FoMO)*, sementara itu variabel terikatnya adalah *Internet Gaming Disorder*. Populasi penelitian ini adalah individu yang berusia 18-30 tahun. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristiknya, yaitu (1) durasi dalam bermain *game gacha* minimal 6 jam sehari, (2) rentang waktu dalam bermain *game gacha* minimal telah bermain selama 1 tahun, (3) berusia 18-30 tahun. Jumlah sampel yang peneliti dapatkan berjumlah 101 orang.

Pada skala *Fear of Missing Out*, peneliti menggunakan alat ukur yang diadaptasi dari Wegmann et al., (2017) dengan 12 item. Skala *Internet Gaming Disorder* dimodifikasi dari Mario (2022) dengan 9 item. Peneliti menggunakan lima pilihan jawaban pada respon yang diberikan, yaitu 1 (sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (netral), 4 (sesuai), dan 5 (sangat sesuai). Nilai reliabilitas skala *Fear of Missing Out* sebesar 0,870, skala *Internet Gaming Disorder* sebesar 0,803. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan proses analisis data menggunakan program SPSS 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Subjek dalam penelitian ini dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin, usia, pekerjaan, tempat tinggal, dan pekerjaan subjek. Pada jenis kelamin yang paling banyak terlibat adalah laki-laki sebesar 87,12%. Rentang usia subjek dalam penelitian ini yaitu 18-30 tahun, dengan usia yang paling banyak terlibat yakni 24 tahun. Tempat tinggal subjek pada penelitian ini yaitu sebanyak 50,49% berada di pulau Jawa. Mahasiswa merupakan pekerjaan yang paling banyak pada penelitian ini, yaitu sebesar 53,46%.

Tabel 1 Kriteria Kategorisasi Skala *Fear of Missing Out*

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	Persentase
$X \leq (M - 1,5 \text{ SD})$	$X \leq 28,18$	Sangat rendah	2	2%
$(M - 1,5 \text{ SD}) < X \leq (M - 0,5 \text{ SD})$	$28,18 < X \leq 35,44$	Rendah	29	28,7%
$(M - 0,5 \text{ SD}) < X \leq (M + 0,5 \text{ SD})$	$35,44 < X \leq 42,68$	Sedang	34	33,7%
$(M + 0,5 \text{ SD}) < X \leq (M + 1,5 \text{ SD})$	$42,68 < X \leq 49,93$	Tinggi	26	25,7%
$(M + 1,5 \text{ SD}) < X$	$49,93 < X$	Sangat tinggi	10	9,9%
TOTAL			101	100%

Dapat dilihat berdasarkan tabel 1, bahwa secara keseluruhan subjek penelitian ini memiliki tingkat *fear of missing out* pada kategori sedang, dengan jumlah subjek sebanyak 34 (33,7%) orang. Selanjutnya, 2 (2%) orang berada pada kategori sangat rendah, 29 (28,7%) orang berada pada kategori rendah, 26 (25,7%) orang berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 10 (9,9%) orang berada di kategori sangat tinggi.

Tabel 2 Kriteria Kategorisasi Skala *Internet Gaming Disorder*

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	Persentase
$X \leq (M - 1,5 \text{ SD})$	$X \leq 22,66$	Sangat rendah	1	2%
$(M - 1,5 \text{ SD}) < X \leq (M - 0,5 \text{ SD})$	$22,66 < X \leq 27,66$	Rendah	29	28,7%
$(M - 0,5 \text{ SD}) < X \leq (M + 0,5 \text{ SD})$	$27,66 < X \leq 33,66$	Sedang	44	43,6%
$(M + 0,5 \text{ SD}) < X \leq (M + 1,5 \text{ SD})$	$33,66 < X \leq 39,66$	Tinggi	22	21,8%
$(M + 1,5 \text{ SD}) < X$	$39,66 < X$	Sangat tinggi	5	5%
TOTAL			101	100%

Berdasarkan tabel 2, bahwa secara keseluruhan subjek penelitian ini memiliki tingkat internet gaming disorder pada kategori sedang, yang berjumlah 44 (43,6%) orang. Selanjutnya, 1 (1%) orang berada pada kategori sangat rendah, 29 (28,7%) orang berada pada kategori rendah, 44

(43,6%) orang berada pada kategori sedang, 22 (21,8%) orang berada pada kategori tinggi, dan 5 (5%) orang berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

N	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
101	.058	Normal

Berdasarkan tabel 3, peneliti menggunakan uji *one-sample Kolmogorov-Smirnov* mendapatkan hasil data yang berdistribusi normal. Pada tabel memperlihatkan Asymp. Sig. (2-tailed) pada penelitian ini berada pada rentang 0.058, di mana data dapat dikatakan normal jika Asymp. Sig. (2-tailed) > 0.050.

Tabel 4 Hasil Uji Linearitas

	Sum of Squares	DF	Mean Square	F	Sig	Keterangan
<i>Deviation from Linearity</i>	716.202	26	18.868	1.087	.378	Linear

Pada tabel 4 terlihat bahwa data pada penelitian ini adalah linear. Tabel tersebut memperlihatkan nilai *deviation from linearity* dengan hasil sebesar .378. Nilai ini dapat diinterpretasikan bahwa data linear karena memiliki nilai *deviation from linearity* > 0.05.

Tabel 5 Uji Korelasi Pearson

	<i>Internet Gaming Disorder</i>
<i>Fear of Missing Out</i>	0,575

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa sig. sebesar 0,575. Artinya variabel *fear of missing out* (X) berkorelasi dengan variabel *internet gaming disorder* (Y).

PEMBAHASAN

Penelitian ini diharapkan dapat melihat seberapa besar hubungan antara *fear of missing out* (FoMO) dengan *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha* di Indonesia. Selain itu, penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana gambaran *fear of missing out* (FoMO) dan *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*. Hasil penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang positif antara *fear of missing out* (FoMO) dengan *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*.

Penelitian dari Astuti (2021) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan *fear of missing out* adalah penggunaan media sosial. Rata-rata *game gacha* merupakan *video game* yang mengharuskan para pemain untuk tetap *online* ketika memainkannya. Tidak semua informasi terbaru atau mekanisme baru yang ada di dalam *video game* dapat dipahami secara langsung oleh pemain. Untuk mengatasi hal demikian, rata-rata individu membuat sebuah grup atau komunitas di media sosial agar dapat menyampaikan informasi yang jarang diketahui oleh pemain lain ataupun membantu sesama pemain yang mana dapat meningkatkan pengalaman dalam bermain *video game*. Akan tetapi, hal ini juga dapat menimbulkan terjadinya *fear of missing out* (*fomo*) dikalangan pemain *game gacha*. Individu lebih sering mengakses dunia maya agar tidak ketinggalan informasi dan pengalaman menyenangkan dari teman-teman sesama pemain *game gacha*. Kemungkinan terjadi *fear of missing out* lebih besar ketika terdapat informasi *update* terbaru dari *game gacha* yang disebarkan di dalam grup atau komunitas yang ada di media sosial, baik itu berupa karakter langka, aitem bagus, ataupun *lore* cerita yang dapat membantu *progress* ketika bermain *game gacha*.

Fear of missing out (*Fomo*) dapat memicu timbulnya *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*. Beberapa fitur di dalam *game*, contohnya *banner* dapat yang memicu agar para pemain *game gacha* tetap *engage* ketika bermain dalam waktu yang lama. *Banner* merupakan kumpulan beberapa aitem-aitem di dalamnya seperti karakter atau kartu. Biasanya *banner* memiliki batas waktu tertentu. Contohnya *banner A* hanya bisa diakses dalam waktu 1 bulan berdasarkan waktu di dunia nyata. Apabila telah lewat dari 1 bulan maka para pemain tidak akan bisa mendapatkan karakter atau

aitem yang ada di *banner* A. Ketika terdapat sesuatu yang baru (berupa *limited banner* atau sejenisnya) di dalam game gacha yang mereka mainkan, membuat para pemain tidak ingin ketinggalan untuk mendapatkannya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Wegmann et al., 2017) bahwa *fear of missing out* merupakan usaha untuk tetap mengetahui informasi akan sesuatu yang terjadi di sekitar dan ketakutan akan ketinggalan pengalaman yang berharga. Dengan munculnya *fear of missing out* di kalangan pemain game gacha, hal tersebut mendorong para pemain tetap *engage* untuk melakukan *grinding* atau *farming*. *Grinding* atau *farming* merupakan istilah dalam video game yang merujuk pada tindakan mengulang tugas (*task*) atau serangkaian tindakan untuk mendapatkan *resources* yang diinginkan. Rata-rata para pemain game gacha dalam penelitian ini melakukan *grinding* dalam waktu yang lama, sekitar 6 jam dalam sehari dalam rentang waktu satu tahun atau lebih.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 53,46% dari subjek penelitian merupakan mahasiswa. Hal ini membuktikan bahwa mayoritas sampel dari populasi pemain *game gacha* merupakan mahasiswa. Mahasiswa memiliki waktu yang cukup banyak dan fleksibel dibandingkan individu yang memiliki pekerjaan. Artinya, mahasiswa pemain *game gacha* cenderung untuk memainkan *game* lebih lama dan lebih sering dibandingkan individu lain. Dengan demikian, mahasiswa lebih cenderung merasakan *fear of missing out (fomo)* dan *internet gaming disorder*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Fear of Missing Out* dan *Internet Gaming Disorder* memiliki hubungan korelasi yang positif dan signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian ini yang menemukan bahwa *fear of missing out* memiliki keterkaitan dengan *internet gaming disorder*, yaitu semakin tinggi *fear of missing out* maka akan semakin tinggi juga *internet gaming disorder*, dan begitu juga sebaliknya. Saran untuk pemain *game gacha* adalah mengurangi waktu yang digunakan untuk bermain *game* dan mengurangi jumlah *game* yang dimainkan dalam satu hari serta menggunakan waktu yang tersedia dengan melakukan aktifitas yang lebih bermanfaat. Untuk penelitian berikutnya, disarankan untuk meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi *internet gaming disorder* pada pemain *game gacha*.

DAFTAR PUSTAKA

- Alt, D. (2017). Students' social media engagement and fear of missing out (FoMO) in a diverse classroom. *Journal of Computing in Higher Education*, 29(2). <https://doi.org/10.1007/s12528-017-9149-x>
- Astuti, C. N. (2021). Hubungan Kepribadian Neurotisme dengan Fear of Missing Out pada Remaja Pengguna Aktif Media Sosial. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2). <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.34086>
- Burhan, F. A. (2022). Survei: 52 Juta orang Indonesia Konsisten Bermain Gim. *Katadata*. <https://katadata.co.id/yuliawati/digital/61d5607e7dcfc/survei-52-juta-orang-indonesia-konsisten-bermain-gim>
- Gilley, E. (2018). The New Science of Attention Deficit Hyperactivity Disorder: News from the Cutting Edge of Research Science. *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*, 02(03). <https://doi.org/10.26502/jppd.2572-519x0043>
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. In *American Journal of Drug and Alcohol Abuse* (Vol. 36, Issue 5). <https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491884>
- Griffiths, M. (2005). A "components" model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4). <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Hurlock, E. B. (1998). *Psikologi Perkembangan*. erlangga.
- K. Amira. (2024). Apa Itu Gacha? Ini Asal Mula, Game Gacha, hingga Mekanismenya. *Gramedia*. <https://www.gramedia.com/literasi/gacha/>

- Prawesti, I., & Sari, I. Y. (2021). INTERNET GAMING DISORDER (IGD) PADA MAHASISWA DITINJAU DARI KRITERIA DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL OF MENTAL DISORDERS V (DSM V) DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 8(2). <https://doi.org/10.32539/jks.v8i2.15304>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4). <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Putri, D. B., & Julianto, A. (2022). Survei Membuktikan Gamer di Indonesia Lebih Memilih Bermain Gim di Smartphone. *Voi*. <https://voi.id/teknologi/187713/survei-membuktikan-gamer-di-indonesia-lebih-memilih-bermain-gim-di-smartphone>
- Steverson, L. A. (2020). *Addiction Reimagined: Challenging Views of an Enduring Social Problem*.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. In *Penerbit Alfabeta*.
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2017.04.001>