

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Kesejahteraan sering didefinisikan sebagai "*a state of well-being and contentment*" Seseorang mencapai keadaan sejahtera adalah dengan meningkatkan kesenangan dan mengurangi rasa sakit (Kahneman, 1999). Beberapa psikolog berpendapat bahwa kebahagiaan melibatkan memaksimalkan kesenangan emosi dan meminimalkan emosi yang tidak menyenangkan (Tamir, 2017). Ryff (1989) mengasumsikan bahwa kesejahteraan *Well-Being* terdiri dari berfungsi dengan baik dalam enam domain kehidupan: otonomi, penerimaan diri, penguasaan lingkungan mental, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan hubungan positif dengan orang lain.

Kesejahteraan psikologis dengan demikian merupakan konsep luas yang mencakup aspek afektif pengalaman sehari-hari. Bradburn melakukan penelitian menyangkut cara yang paling bermanfaat untuk memahami reaksi psikologis individu normal terhadap tekanan dan tekanan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, penelitian Bradburn berfokus pada hubungan antara situasi kehidupan individu dan reaksi psikologisnya terhadap situasi itu (Bradburn, 1969).

*Psychological Well Being* atau kesejahteraan psikologis adalah sejauh mana individu merasakan kebahagiaan, ketentraman, kenyamanan, serta hubungan positif dengan orang lain dan menyelesaikan segala masalahnya secara sehat dan positif. Orang yang merasakan kesejahteraan psikologis akan bahagia dan nyaman tentram dalam melakukan sesuatu hal, dapat dilihat dimensi *Psychological Well Being* yakni dengan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, adanya penerimaan diri yang baik, penguasaan lingkungannya, tingkat kemandiriannya, adanya tujuan dalam hidupnya dan memiliki perasaan berkembang yang terus berlanjut (Tanjung, 2018).

Individu membutuhkan individu atau hal lain yang memberikan kedekatan, dan mendorong perasaan positif seperti kegembiraan dan tawa yang membuat orang tidak merasa sendirian dan kesepian, dengan kata lain memberikan komponen keterikatan yang mempromosikan kesejahteraan dan keamanan, serta memberikan kesempatan untuk pengasuhan dan komitmen, untuk membantu mempertahankan atau

membangun kembali keseimbangan kesejahteraan psikologis individu. Hewan peliharaan menawarkan kesejahteraan psikologis bagi pemiliknya.

Keterikatan telah dipelajari dalam berbagai spesies hewan. Meskipun bervariasi dalam detail, durasi dan intensitas, kebutuhan untuk membentuk kedekatan, keterikatan individual melayani fungsi pengasuhan, aliansi, dan orang tua yang ada dimana-mana. Hewan peliharaan sudah lama dianggap sebagai sahabat bagi manusia, bahkan sebagian orang menganggap hewan seperti bagian dari keluarga mereka sendiri. Banyak orang memelihara hewan peliharaan seperti kucing, anjing, kelinci, burung, ikan, dan lain sebagainya. Persahabatan hewan peliharaan dan hewan berpotensi menawarkan manfaat kesehatan mental karena mereka mampu melibatkan dan memberi manusia dukungan emosional. Selain itu, hewan peliharaan memotivasi perilaku sehat dan aktivitas fisik yang menambah manfaat kesehatan mental yang positif. Selain itu, manusia melihat hewan peliharaan sebagai tempat berlindung yang aman, memberikan pemilik mereka kasih sayang, dukungan, dan kenyamanan, dan bantuan saat di butuhkan. Kehilangan hewan peliharaan dirasa menyedihkan dan dapat menyebabkan seseorang memasuki masa berduka dan berkabung (Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011).

Brown dan Katcher (1997) berspekulasi bahwa beberapa orang dengan keterikatan hewan peliharaan yang tinggi dan disosiasi tinggi mungkin mencari hubungan reparatif dengan hewan pendamping sebagai pengganti yang aman bagi manusia. Hewan pendamping mungkin menawarkan hubungan yang lebih stabil dan saling percaya untuk orang-orang dengan riwayat trauma. Hubungan dengan hewan pendamping dapat memberikan cara yang aman untuk belajar mempercayai makhluk hidup lain, dengan demikian menyediakan jembatan menuju kontak manusia (Brown, 2001).

Penelitian melaporkan hubungan positif kepemilikan hewan peliharaan dengan kesejahteraan emosional dan fungsi sosial yang bertambah seiring bertambahnya usia. Resep sosial hewan untuk kesejahteraan mental berpotensi menjelaskan peningkatan adopsi hewan peliharaan yang diamati di tengah isolasi sosial selama pandemi, karena orang mencari cara untuk mengatasi tekanan psikologis yang disebabkan oleh berkurangnya interaksi manusia (Tan, 2021).

Berdasarkan penelitian terdahulu, (Rothgerber & Mican, 2014), sekitar 90% pemilik hewan peliharaan percaya bahwa hewan peliharaan penting bagi anak-anak (Horn & Meer, 1984); orang tua percaya bahwa hewan peliharaan menghasilkan lebih banyak rasa hormat untuk semua hewan dan tingkat belas kasih yang lebih tinggi (Macdonald, 1981; Salomon, 1981). Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya keterikatan antara hewan peliharaan dan anak-anak dapat menumbuhkan kasih sayang antar sesama makhluk hidup.

Dengan memiliki hewan peliharaan membuat individu membuat merasa senang, bahagia dan bermakna. Dalam psikologi kondisi seperti itu disebut *psychological well being*. Menurut Seligman (2002) *psychological well being* merupakan kombinasi antara perasaan baik tentang diri sendiri dan perasaan memiliki pemaknaan hidup serta hubungan yang baik dengan orang lain. Tingkat kesejahteraan yang baik akan membuat individu mampu untuk memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki rasa kontrol dengan kehidupannya sendiri, dan merasa hidupnya lebih bermakna (Indriani, 2021).

Peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui gambaran mengenai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pemilik hewan peliharaan.

Tabel 1. 1 : Wawancara *Psychological Well Being*

No.	Subjek	Pernyataan	Kesimpulan
1.	LZ	<p>Bagiku, masa lalu adalah suatu hal yang sudah terjadi. Pengalaman yang ga mengenakan pasti ada, tetapi sekarang bisa menganggap hal itu sebagai pelajaran aja sih, jangan sampai mengulangi hal yang sama dan belajar menjadi pribadi yang lebih baik.</p> <p>Tentu aku punya hubungan yang baik sama teman-teman ku, aku punya satu atau dua teman dekat banget dari SMP dan sampai sekarang. Kita saling menyayangi sebagai teman, dan dia teman yang positif buat ku.</p>	<p>Penerimaan Diri</p> <p>Hubungan Positif dengan Orang Lain.</p>
		<p>Untuk saat ini, aku masih butuh bantuan orang tua, kakak, keluarga jika ingin mengambil keputusan, yang besar.</p>	Otonomi
		<p>Kayak cita-cita, aku ingin jadi dokter hewan sih, motivasi terbesarku adalah hewan</p>	Tujuan Hidup

No.	Subjek	Pernyataan	Kesimpulan	
2.	FSS	<p>peliharaan ku saat ini. Jadi dokter hewan adalah hal yang ingin banget ku gapai.</p>	<p>Hubungan Positif dengan orang lain.</p>	
		<p>Iya, aku menghindari pertengkaran dan perpecahan. Aku sangat menyayangi suamiku, dan keluarga ku, dan punya hubungan yang baik dengan rekan kerja. Sama hewan peliharaanku juga sayang banget, dia udah aku anggap seperti keluargaku sendiri.</p>		
		<p>Kalau menyangkut tentang diriku sendiri, aku yang memutuskan, aku yang melakukan, dan aku sendiri yang akan bertanggung jawab. Termasuk keputusan ku punya peliharaan ini, aku juga bertanggung jawab penuh atas hidupnya.</p>		Otonomi
		<p>Aku tidak bisa membentuk lingkungan sesuai dengan diriku. Dengan kita beradaptasi dulu dengan lingkungan, memahami kondisi di tempat.</p>		Penguasaan Lingkungan.
3.	SF	<p>Aku rasa, tujuan hidup ku sudah banyak yang tercapai sekarang, aku sangat amat bersyukur kepada tuhan tentang apa yang sudah tuhan berikan sama aku. Satu atau dua cita-cita masih belum terwujud, masih dalam proses.</p>	Tujuan hidup (subjek bersyukur, karena merasa tujuan hidupnya tercapai).	
		<p>Aku menerima apapun yang ada pada diriku saat ini, apapun yang aku lakukan kalau menurut ku aku baik akan aku lakukan, meskipun orang lain ga suka sama aku. Kebiasaan aku yang udah lama aku lakukan dan nilai yang diajarkan sama orangtua, sama lingkungan ku, itu yang membentuk aku sekarang.</p>	Penerimaan diri (F menerima bagaimana dirinya, kepribadiannya saat ini. Kebiasaan dan nilai yang dia dapatkan sejak lama membentuk dirinya yang sekarang).	
		<p>Kalau kita menyayangi orang lain, baik sama orang lain, punya rasa empati, aku yakin orang lain juga bakal baik balik sama kita, sama alam juga gitu, kalau kita baik dan sayang sama alam, aku yakin alam juga bakal baik sama kita kok.</p>	Hubungan Positif dengan Orang lain. (subjek membangun hubungan yang positif dengan orang lain).	
		<p>Aku terbiasa mengambil keputusan sendiri. Hal yang memang harus aku lakukan sendiri, aku ga pernah ragu untuk mengambil keputusan tersebut.</p>	Otonomi (subjek terbiasa mengambil keputusan sendiri,	

No.	Subjek	Pernyataan	Kesimpulan
			dan tidak pernah merasa ragu).
		Tentu aja punya tujuan hidup, sekarang aku mulai memikirkan planning kedepannya mau gimana, dan nyiapin mental juga kalau misalkan tidak sesuai dengan rencana.	Memiliki tujuan hidup (subjek memiliki tujuan hidup dan memikirkan rencana masa depannya).
		Yang udah tercapai buat aku itu rasa percaya diri didepan umum udah, gampang berbaur udah, ramah ke orang lain. Yang lainnya aku ingin bisa mengontrol diri ku jadi ga pemarah lagi. Ingin bisa mengontrol diri dan manajemen waktu aja sih, yang perlu dikembangkan.	Pertumbuhan Pribadi (subjek sudah ia inginkan yaitu menjadi lebih percaya diri dan mudah berbaur).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan dengan 3 subjek, subjek memiliki *psychological well being* yang baik. Penulis merangkum berdasarkan wawancara dengan subjek. Subjek memegang sikap positif yang ada pada diri mereka dengan menerima diri dan kehidupan masa lalu mereka. Subjek juga dapat membina hubungan positif dengan orang lain, baik dengan sahabat, keluarga, maupun pada hewan peliharaan yang mereka anggap sebagai bagian dari keluarga mereka sendiri. Selain itu, subjek juga dapat membuat keputusan sendiri, dan bertanggung jawab terhadap keputusan mereka. Subjek juga memiliki tujuan hidup yang ingin mereka capai, untuk mencapai tujuan hidup tersebut subjek menyatakan dalam wawancara bahwa mereka memiliki motivasi yang mendukung tujuan mereka. Subjek menyatakan bahwa mereka mendapatkan tempat dan lingkungan yang baik untuk mengembangkan karakter dan potensi yang mereka miliki, baik di tempat kerja atau di lingkungan pendidikan. Namun pada aspek Penguasaan Lingkungan, subjek lebih cenderung untuk beradaptasi dengan lingkungan disekitar subjek, baik di tempat kerja atau di lingkungan organisasi. Hampir semua aspek *psychological well being* mendapatkan pernyataan positif dari subjek.

Berdasarkan hasil wawancara , menunjukkan hasil yang sesuai dengan aspek-aspek *Psychological well-being* menurut Ryff (1989) yakni:

- a. Penerimaan Diri



- b. Hubungan Positif dengan Orang Lain
- c. Otonomi
- d. Penguasaan Lingkungan
- e. Tujuan Hidup
- f. Pertumbuhan Pribadi

Beberapa penelitian terdahulu menyebutkan bahwa individu yang memiliki *psychological well being* yang baik mereka akan mampu untuk memenuhi tugas dan permasalahan dalam tahapan perkembangannya dapat diatasi dengan baik pula (Erpiana, 2018). Individu dengan perasaan positif, mampu memaknai hambatan sebagai tantangan dan mengkomunikasikan kesulitan menjadi sebuah solusi yang efektif efisien (Ulpawati, 2019). Lalu, Herzog (2011) menyatakan bahwa kegembiraan seseorang yang datang dengan hidup bersama anggota spesies lain. Dalam hal ini, individu juga memerlukan sosok atau figur lain yang berpotensi membawa kebahagiaan bagi dirinya.

*Psychological well-being* dapat diartikan sebagai kemampuan seorang individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk suatu hubungan yang hangat dengan orang lain, bisa mandiri dalam menghadapi lingkungan sosialnya, dapat mengontrol lingkungan luar, menetapkan tujuan hidupnya, dan mewujudkan potensi diri secara terus menerus (Ryff, 1989). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* yaitu usia, jenis kelamin, dan dukungan sosial. Dalam penelitian lain disebutkan juga faktor-faktor lainnya seperti rasa syukur, status sosial-ekonomi, relasi sosial, dan kepribadian (Hafizhah, 2021).

## 1.2 Identifikasi Masalah

Kepemilikan hewan peliharaan berkorelasi dengan tindakan fisiologis positif tertentu, seperti menurunkan tekanan darah, trigliserida serum, dan kadar kolesterol, yang memperbaiki efek kardiovaskular dari stres. Selain itu, hubungan dekat dengan hewan peliharaan secara positif memengaruhi pelepasan oksitosin yang merupakan salah satu bahan kimia tubuh yang "merasa nyaman" dan juga berperan dalam ikatan sosial, dan ini mungkin alasan mengapa ditemukan terkait dengan peningkatan pengasuhan, tampilan kasih sayang, dan empati bahkan terhadap anggota spesies lain. Ini menunjukkan bahwa manusia berevolusi bersama dalam hubungan mereka dengan

hewan peliharaan mereka dan bahwa hubungan ini bermanfaat bagi keduanya (Tan, 2021).

Hewan peliharaan telah lama dianggap sebagai beberapa sahabat manusia. Namun, seperti dalam hubungan lain yang dibentuk orang dengan manusia dan tokoh agama (misalnya, Tuhan), hubungan manusia-hewan sangat bervariasi dalam kedekatan, kehangatan, komitmen, keterlibatan emosional, konflik, dan fitur lainnya. Pertimbangan dari orang dan hewan peliharaan keluarga mereka yang terkait dengan teori dan praktek. Hewan peliharaan kecil telah hidup berdampingan di ruang yang sama dengan manusia selama ribuan tahun, dalam hidup dan mati. Hewan adalah penghuni tetap kapal penjelajah Finnis dan pemburu-pengumpul; mereka mengikuti migrasi. Pemukiman manusia purba di Asia Tengah dikenal memiliki “anjing kampung” bebas yang tinggal di dekatnya. Dapat dimengerti bahwa orang semakin ingin berada di dekat hewan mereka pada saat trauma, krisis, dan stres. Huber (2016) menggambarkan sistem komunikasi yang mengesankan yang dipahami anjing dari manusianya, termasuk Bahasa tubuh dan ekspresi wajah, yang tampaknya menguntungkan kedua sisi hubungan.

Keterikatan atau *attachment* sering dijelaskan dalam teori milik John Bowlby, yang mengasumsikan bahwa individu mempunyai ikatan emosional dari dalam diri sendiri maupun orang lain. Sehingga, *pet attachment* secara istilah merupakan kelekatan antara seorang individu dengan hewan peliharaannya (Laili, 2021). Hewan peliharaan mampu menerima, menyayangi secara terbuka, jujur, setia dan konsisten, yang kesemuanya merupakan sebuah kualitas yang dapat memenuhi kebutuhan dasar seseorang untuk dicintai dan merasa berharga. Hubungan antara manusia dengan hewan peliharaannya juga mampu menjadi figur keterikatan yang signifikan satu sama lain. Hal ini selaras dengan Piper dan Utley (2019) yang menjelaskan bahwa hewan peliharaan menawarkan cinta dan penerimaan tanpa syarat. Memelihara hewan peliharaan menjadi kegemaran banyak orang dan kalangan. Bukan hanya memelihara kucing anjing, dan burung, sebagian orang juga memelihara reptil dan binatang buas, tentu saja dengan menggunakan ijin dari pemerintah dan negara.

Levinson (1969) mengklaim bahwa hewan peliharaan adalah objek keterikatan alami, tersedia, aktif dan bergerak, dan penuh kasih sayang. Memahami peran yang

dimiliki hewan dalam kehidupan kita adalah peluang yang harus dipahami dan dipertimbangkan oleh penyedia kesehatan mental saat mereka mendukung dan merawat individu dan keluarga. Fakta bahwa bagi banyak klien bahwa hewan peliharaan mereka adalah bagian integral dari (being-kesejahteraan) keberadaan mereka. Memahami hal ini dan peran yang dimiliki hewan-hewan peliharaan (baik atau buruk) dapat memberikan sebuah jendela ke rumah dan jiwa para klien. Apa yang dulunya hanya dianggap sebagai rasa ingin tahu yang sederhana atau mungkin cinta yang salah arah, hubungan dengan hewan pendamping telah berkembang menjadi kursus penelitian yang serius dan dihormati yang dapat membantu memberi tahu tentang hubungan orang dengan tidak hanya hewan peliharaan mereka, tetapi juga hubungan manusia lainnya. Hari ini, sains menemukan bahwa hewan peliharaan dapat bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental kita (Fine, 2019). Berikut kutipan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan subyek untuk mengetahui gambaran keterikatan pemilik hewan peliharaan terhadap peliharaannya.

Tabel 1. 2 : Wawancara *Pet Attachment*

No.	Subjek	Pernyataan	Kesimpulan
1.	LZ	Dampak positif nya, mungkin aku jadi lebih betah di rumah, pintar menabung, dan yang paling penting karena dekat banget sama kucing, aku merasa kayak ada rasa kasih sayang welas asih gitu di hatiku, jadi lebih kalem, lebih lembut, apalagi sama hal yang aku suka, aku sayang, lebih merawat dan jagain gitu.	Ada dampak positif yang dirasakan adalah tumbuh rasa kasih sayang, menjadi seseorang yang memiliki hati yang lembut.
		Buat aku, kalau sama hewan tuh kayak rasa capek nya hilang, ngelihat tingkahnya yang gemes loncat-loncat, lari-lari rasa capek ku hilang, suntuk ku hilang, mereka mengubah mood ku jadi lebih baik.	Menghabiskan waktu dengan peliharaan membuat mood subyek menjadi lebih baik, menghilangkan penat.
		Peran hewan peliharaan bagi akutuh, udah kayak teman, keluarga. Mereka seperti dunia ku, langit cerah dan mendungku, hehe. Orang tuaku bukan orang yang sayang banget sama kucing, malah itu yang bikin aku tambah protect ke kucing ku kelinci ku, karena yang sayang banget sama mereka ya cuma aku.	Hewan peliharaan berepran sebagai teman dan keluarga bagi subyek.
		Mereka memberi aku rasa nyaman, waktu mereka tidur di samping aku, tidur di kaki aku, nyaman banget sih. Soalnya kucing	Hewan peliharaan dapat memberikan rasa nyaman bagi subyek.



No.	Subjek	Pernyataan	Kesimpulan
		<p>ku jarang kayak gitu, biasa tidur di bawah Kasur.</p> <p>Waktu aku sakit, aku lebih banyak tidur nggak main sama kucing, nah gantian kucing ku yang nemenin aku, kayak suka nyariin aku gitu, itu bikin aku kayak gimana ya, wahh.. bahkan kucingku nemein aku waktu sakit.</p>	
3.	FSS	<p>Dampak positif menghabiskan waktu dengan hewan peliharaan, lebih banyak perasaan positifnya karena ketika sama mereka ya merasa senang bahagia gemas-gemas yang membahagiakan, perasaan gaenak nya hampir ga ada sih.</p>	<p>Subyek merasa senang dan bahagia ketika ia bersama dengan hewan peliharaan.</p>
		<p>kalau ga memberi rasa nyaman aku ga akan sesayang ini sama mereka.</p>	<p>Hewan peliharaan dapat memberi rasa nyaman bagi subyek.</p>
		<p>Peran hewan peliharaan, Sebagai, bagiku sebagai teman serumah selain keluarga dan saudara, hewan peliharaan mereka juga bagian dari hidupku.</p>	<p>Subyek menganggap hewan peliharaan seperti bagian dari hidupnya.</p>
		<p>hewan peliharaan dapat memberi rasa nyaman, pastiii.. kalau ga memberi rasa nyaman aku ga akan sesayang ini sama mereka, akutuh kayak aku mengibaratkan kayak aku ibu mereka-mereka adalah anakku, jadi seorang ibu gabisa kalau ga merawat anaknya, ga kasih makan anaknya, ga ngasih yang terbaik buat anaknya.</p>	<p>Subyek menyayangi hewan peliharaannya. Ia mengibaratkan hewan peliharaan sebagai anaknya sendiri.</p>
3.	SF	<p>Rasanya happy, jelas happy banget. Mereka merubah mood aku dari yang sedih jadi seneng, ngelihat tingkah lucu nya mereka, tingkah absurd nya mereka aja rasa capek ku hilang, kayak habis pulang kerja gitu ya, di rumah ketemu sama mereka itu capek ku jadi hilang rasanya.</p>	<p>Subyek merasa senang berada di dekat hewan peliharaan</p>
		<p>Ketika aku sedih atau marah, kucing ku kayak ngerti apa yang aku rasain gitu, dia selalu nyamperin, ndusel-ndusel, ngomel-ngomel. Kalau aku lagi sakit misalnya, dia juga mesti nemenin aku bobo di Kasur. Kayak ada nyaman, terus merasa kayak kucingku sayang ke aku. Kucing-kucing ku care ke aku, protect sama aku. Pokok e nempel wis. Yang si Ade lebih ke protect ke aku.</p>	<p>Hewan peliharaan dapat memberikan rasa aman dan nyaman</p>

No.	Subjek	Pernyataan	Kesimpulan
		Udah kayak keluarga ku, teman ku, bestie ku, bahkan anak ku sendiri. Aku merawat mereka, sayang sama mereka, beliin mereka makan, aku harus selalu ada kalau kucing ku sakit. Mereka juga, aku merasa mereka care ke aku, sayang sama aku, jagain aku .	Subyek menganggap hewan seperti bagian dari keluarganya sendiri.
		Kalo aku sudah memelihara mereka, sudah sama mereka, berarti aku udah sayang, aku ga bisa kasih ke orang lain meskipun ke temen aku sendiri. Atau mungkin ga bisa melepaskan kucingku ke orang lain karena udah terbiasa ada mereka disini.	Subyek menyayangi hewan peliharaan, tidak dapat melepaskan hewan peliharaannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan dengan beberapa pemilik hewan peliharaan di atas, para subyek merasakan banyak dampak positif yang mereka rasakan ketika bersama dengan hewan peliharaan. Menghabiskan waktu dengan hewan peliharaan juga membawa perasaan positif bagi pemiliknya, hewan peliharaan dapat membawa perasaan senang, menghilangkan rasa penat, hingga membantu mengurangi depresi. Hewan peliharaan juga dianggap dapat memberi rasa nyaman bagi pemiliknya.

Sehubungan dengan kriteria ini, para peneliti telah berusaha untuk memberikan bukti bahwa manusia tampaknya mengkonseptualisasikan hubungan hewan sebagai ikatan keterikatan. Misalnya, Kurdek (2009) memanfaatkan sejauh mana pengasuh anjing melaporkan perasaan bahwa hewan pendamping mereka adalah tempat yang aman (misalnya, "ketika suasana hati saya sedang buruk saya berpaling ke kucing saya untuk membantu saya merasa lebih baik") dan basis yang aman (misalnya, "Saya dapat mengandalkan anjing saya untuk berada di sana untuk saya"), dan memicu keinginan untuk pemeliharaan kedekatan (misalnya, "Saya suka dekat dengan kucing saya") dan tekanan perpisahan (misalnya, "saya khawatir jika meninggalkan kucing saya sendirian di rumah dalam waktu yang lama") dengan memanfaatkan ukuran laporan diri yang khusus dikembangkan untuk tujuan ini (Kurdek, 2008). Hasilnya menunjukkan bahwa hewan pendamping tampaknya memenuhi fungsi perlekatan ini dengan nilai rata-rata jauh di atas titik tengah dari sub skala.

Sejalan dengan yang diungkapkan oleh subyek bahwa dengan adanya hewan peliharaan dapat mengurangi depresi yang dirasakan, sebuah penelitian mengenai intervensi terapi hewan peliharaan untuk kecemasan anak yang dirawat di rumah sakit, melaporkan bahwa kelompok terapi mengalami penurunan kecemasan yang lebih besar secara signifikan (Hinic, 2019). Sehingga merekomendasikan terapi hewan peliharaan dengan pengawasan oleh pawang, untuk mengurangi kecemasan pada anak yang dirawat di rumah sakit. Penelitian lain yang meneliti hubungan antara kesepian, keterikatan hewan peliharaan, dukungan sosial, dan kesejahteraan pada orang dewasa yang lebih tua. Hasilnya menunjukkan bagaimana keterikatan hewan peliharaan memediasi efek berbahaya dari kesepian (Clarke, 2018).

Hal ini menunjukkan bahwa manusia dan hewan peliharaan adalah sosok keterikatan yang signifikan satu sama lain, dalam keadaan normal mereka berbagi keterikatan yang saling melengkapi karena kebutuhan dan tanggapan bersama. Pada saat stres mereka mungkin untuk sementara mencari figur lain untuk keterikatan, manusia dapat menggantikan kebutuhan untuk keterikatan yang mundur pada hewan peliharaan. Ini adalah sikap keterikatan pra-verbal hewan peliharaan yang memenuhi kebutuhan manusia akan pengasuhan (Rynearson, 1978).

### **1.3 Batasan Masalah**

Untuk mempermudah peneliti memahami masalah, peneliti membatasi pembahasan masalah pada penelitian ini agar lebih fokus serta mencegah melebarnya pembahasan, sebagai berikut:

#### **1.3.1 *Psychological Well Being***

Kesejahteraan psikologis dengan demikian merupakan konsep luas yang mencakup aspek afektif pengalaman sehari-hari. Ryff (1989) mengasumsikan bahwa kesejahteraan Well-Being terdiri dari berfungsi dengan baik dalam enam domain kehidupan: otonomi, penerimaan diri, penguasaan lingkungan mental, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan hubungan positif dengan orang lain.

#### **1.3.2 *Pet Attachment***

Keterikatan atau attachment sering dijelaskan dalam teori milik John Bowlby (1982), yang mengasumsikan bahwa individu mempunyai ikatan

emosional dari dalam diri sendiri maupun orang lain. Sehingga, pet attachment secara istilah merupakan kelekatan antara seorang individu dengan hewan peliharaannya. Smolkovic (2012) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa hubungan manusia dengan hewan peliharaan sangatlah sederhana dengan minim resiko. Hewan peliharaan mampu menerima, menyayangi secara terbuka, jujur, setia dan konsisten, yang kesemuanya merupakan sebuah kualitas yang dapat memenuhi kebutuhan dasar seseorang untuk dicintai dan merasa berharga. Hubungan antara manusia dengan hewan peliharaannya juga mampu menjadi figure keterikatan yang signifikan satu sama lain.

Zilcha-Mano (2011) membangun skala laporan diri, mengetuk perbedaan individu dalam orientasi lampiran menuju hewan peliharaan, yang mencakup dua subskala untuk mengukur dua dimensi utama keterikatan dalam hubungan manusia-hewan peliharaan, yaitu *Attachment Avoidance* dan *Attachment Anxiety*, dari hasil skoring skala *pet attachment* dapat diuraikan menjadi dua pola yaitu: *pet attachment security* dan *pet attachment insecurity*.

Meskipun pasangan romantis sering menjadi figur keterikatan utama orang dewasa (Hazan & Zeifman, 1994), mungkin juga ada figure keterikatan khusus konteks-sumber kenyamanan dan dukungan aktual atau potensial dalam lingkungan tertentu, seperti terapis dalam pengaturan terapeutik, dan para pemimpin dalam pengaturan organisasi.

### 1.3.3 *Pemilik Hewan Peliharaan*

Subjek yang dijadikan penelitian ialah pemilik hewan peliharaan kucing yang ada di kota Gresik. Pemilik Hewan Peliharaan Kucing, karena Kucing banyak dipelihara oleh masyarakat Gresik. Selain itu, kucing dikenal sebagai hewan yang dekat dengan manusia.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang Masalah tersebut maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh *Pet Attachment* terhadap *Psychological Well-Being* Pemilik Hewan Peliharaan di Kota Gresik?”

### 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan maksud untuk mengetahui secara empiris Pengaruh *Pet Attachment* terhadap *Psychological Well-Being* Pemilik Hewan Peliharaan di Kota Gresik.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat peneliti mengangkat penelitian *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being*, dengan harapan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat menambah wawasan serta referensi tambahan materi mengenai *Pet Attachment* dan *Psychological Well-Being*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat Luas

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat menumbuhkan rasa kasih sayang, empati, dan rasa keterikatan antara manusia terhadap hewan dan alam.

b. Bagi Pemilik Hewan Peliharaan

Bagi pemilik hewan peliharaan agar menumbuhkan rasa kasih sayang dan keterikatan yang kuat terhadap hewan peliharaan mereka.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melihat bahwa hewan peliharaan dekat sekali dengan kehidupan kita, peneliti berharap akan ada lebih banyak lagi penelitian mengenai *pet attachment* dan *psychological well being*, dan maupun hubungan anantara variabel *Pet Attachment* dengan variabel yang lain.



