

BAB II KAJIAN PUSTAKA

2.1 *Psychological Well Being*

2.1.1 Definisi *Psychological Well Being*

Karya klasik Bradburn (1969) tentang struktur kesejahteraan psikologis memberikan perbedaan awal antara positif dan pengaruh negatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari bagaimana perubahan sosial tingkat makro tertentu (misalnya, perubahan dalam pendidikan tingkat, pola pekerjaan, urbanisasi, atau ketegangan politik) mempengaruhi situasi kehidupan warga negara dan, dalam gilirannya, rasa kesejahteraan psikologis mereka. Sebuah pertanyaan sentral adalah apa yang harus digunakan sebagai variabel terikat dalam belajar ini "kesulitan dalam hidup". Dalam merenungkan masalah ini, Bradburn menyatakan bahwa "*Tidak ada kriteria yang jelas untuk membuat pilihan ini. Memang, sebagian besar seni penyelidikan ilmiah terletak pada pilihan variabel untuk dipelajari; dan perbedaan antara sukses dan gagal tampaknya lebih terletak di ranah intuisi dan keberuntungan daripada usaha ilmiah*" (dalam (Ryff C. D., 1989).

Mengikuti dari akal sehat serta alasan historis, Bradburn (1969) dan rekan memutuskan untuk fokus pada kebahagiaan sebagai variabel hasil. Referensi dibuat untuk Etika Nicomachean Aristoteles (1947), yang menyatakan bahwa yang tertinggi dari semuanya barang yang dapat dicapai oleh tindakan manusia adalah kebahagiaan (istilah terakhir berfungsi sebagai terjemahan untuk kata Yunani eudaimonia). Itu keputusan selanjutnya untuk mengoperasionalkan kebahagiaan sebagai keseimbangan antara pengaruh positif dan negatif pada dasarnya adalah empiris satu. Kedua dimensi tersebut juga ditemukan memiliki korelasi yang berbeda—oleh karena itu, argumen bahwa pengaruh positif dan negatif adalah dimensi kesejahteraan yang berbeda dan bahwa keseimbangan di antara keduanya berfungsi sebagai: indeks kebahagiaan.

(Bradburn, 1969) model tersebut menetapkan bahwa seorang individu akan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dalam tingkat di mana ia memiliki kelebihan afek positif daripada afek negatif dan akan menjadi sejahtera rendah dalam tingkat di mana afek negatif lebih dominan daripada afek positif. sementara pengetahuan tentang hubungan sebab-akibat masih harus dikerjakan, garis besar

korelasi tertentu cukup jelas. pengaruh negatif tampaknya terkait terutama dengan variabel-variabel yang telah ditangani oleh pendekatan "penyakit mental" tradisional. Secara khusus, variasi afek negatif dikaitkan dengan kesulitan dalam pernikahan dan penyesuaian kerja, ketegangan interpersonal, dan perasaan memiliki "gangguan saraf", serta beberapa indikator kecemasan dan kekhawatiran yang lebih standar. tidak satupun dari variabel-variabel ini, bagaimanapun, berhubungan dengan pengaruh positif. di sisi lain, pengaruh positif tampaknya terkait dengan serangkaian faktor mengenai sejauh mana individu terlibat dalam lingkungan di sekitarnya, kontak sosial, dan minat aktif di dunia. faktor-faktor ini meliputi hal-hal seperti tingkat partisipasi sosial, yang tercermin dalam keanggotaan organisasi, jumlah teman, dan frekuensi interaksi dengan teman dan kerabat; tingkat sosialisasi dan persahabatan dengan pasangannya; dan paparan situasi kehidupan yang memperkenalkan tingkat variabilitas ke dalam pengalaman hidup seseorang. tak satu pun dari variabel ini terkait dengan pengaruh negatif.

Ryff (1989) berpendapat dalam beberapa publikasi bahwa perspektif sebelumnya tentang mengoperasionalkan kesejahteraan adalah atheoretis dan terdesentralisasi (Ryff, 1989). Untuk mengatasi kekurangan ini, dia mengembangkan ukuran baru kesejahteraan psikologis yang terkonsolidasi konseptualisasi kesejahteraan eudaimonic sebelumnya menjadi ringkasan yang lebih padat. Metode tepat yang digunakan untuk mengembangkan ukuran ini dan landasan teoretis tertentu mendasari setiap dimensi telah dibahas secara menyeluruh di tempat lain (Ryff, 1989). *Ryff's Scales of Psychological Well-Being* (RPWB) mencakup enam komponen fungsi psikologis berikut: sikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan masa lalu seseorang (*self-Acceptance*), kualitas tinggi, hubungan yang memuaskan dengan orang lain (*positive relationship with others*), rasa penentuan nasib sendiri, kemandirian, dan kebebasan dari norma (*otonomy*), memiliki tujuan hidup dan keyakinan bahwa hidup seseorang bermakna (*purpose of life*), kemampuan untuk mengelola hidup dan lingkungan sekitar (*environmental mastery*), dan terbuka terhadap pengalaman baru serta memiliki pertumbuhan pribadi yang berkelanjutan (*personal growth*).

Berdasarkan teori yang dipaparkan oleh para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *Psychological well being* sendiri, memiliki makna kesejahteraan psikologis seseorang. Seseorang dinilai memiliki kesejahteraan psikologis ketika ia

merasa bahagia, memiliki kehidupan yang positif, dan mampu berbaaur dengan masyarakat.

2.1.2 Dimensi *Psychological Well Being*

Dimensi *psychological well-being* menurut (Ryff C. D., 1989) mencakup enam aspek sebagai berikut:

a. Penerimaan diri.

Didefinisikan sebagai fitur utama kesehatan mental serta karakteristik aktualisasi diri, fungsi optimal, dan kedewasaan. Teori rentang hidup juga menekankan penerimaan diri sendiri dan kehidupan masa lalu seseorang. Dengan demikian, memegang sikap positif terhadap diri sendiri muncul sebagai karakteristik utama dari fungsi psikologis yang positif.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain.

Menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama dari kesehatan mental. Pengaktualisasi diri digambarkan memiliki perasaan empati dan afeksi yang kuat terhadap semua manusia dan mampu untuk mencintai yang lebih besar, persahabatan yang lebih dalam, dan identifikasi yang lebih lengkap dengan orang lain. Hubungan yang hangat dengan orang lain diajukan sebagai kriteria kedewasaan Teori tahap perkembangan orang dewasa juga menekankan pencapaian persatuan yang erat dengan orang lain (*intimacy*) dan bimbingan dan arahan orang lain (*generativity*) Dengan demikian pentingnya hubungan positif dengan orang lain berulang kali ditekankan dalam konsepsi psikologis kesejahteraan.

c. Otonomi.

Pengaktualisasi diri digambarkan sebagai menunjukkan fungsi otonom dan perlawanan terhadap enkulturasi. Orang yang berfungsi penuh digambarkan memiliki lokus evaluasi internal, di mana seseorang tidak mencari persetujuan orang lain, tetapi mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi. Individuasi terlihat melibatkan pembebasan dari konvensi, di mana orang tersebut tidak lagi melekat pada ketakutan kolektif, kepercayaan, dan hukum massa. Proses berbalik ke dalam di tahun-tahun berikutnya juga dilihat oleh para ahli

perkembangan rentang kehidupan untuk memberi orang tersebut rasa kebebasan dari norma-norma yang mengatur kehidupan sehari-hari.

d. Penguasaan Lingkungan.

Kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya didefinisikan sebagai karakteristik kesehatan mental. Kedewasaan terlihat membutuhkan partisipasi dalam lingkup aktivitas yang signifikan di luar diri sendiri. Perkembangan rentang hidup digambarkan membutuhkan kemampuan untuk memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang kompleks. Menekankan kemampuan seseorang untuk maju di dunia dan mengubahnya secara kreatif melalui aktivitas fisik atau mental. Penuaan yang sukses juga menekankan sejauh mana individu memanfaatkan peluang lingkungan. Perspektif gabungan ini menunjukkan bahwa partisipasi aktif dan penguasaan lingkungan adalah bahan utama dalam kerangka terpadu fungsi psikologis positif.

e. Tujuan dalam hidup.

Kesehatan mental didefinisikan mencakup keyakinan yang memberikan perasaan bahwa ada tujuan dan makna hidup. Definisi kedewasaan juga menekankan pemahaman yang jelas tentang tujuan hidup, rasa keteraturan, dan intensionalitas. Teori perkembangan rentang hidup mengacu pada berbagai tujuan atau tujuan hidup yang berubah, seperti menjadi produktif dan kreatif atau mencapai integrasi emosional di kemudian hari. Dengan demikian, seseorang yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan rasa arah, yang semuanya berkontribusi pada perasaan bahwa hidup ini bermakna.

f. Pengembangan diri.

Fungsi psikologis yang optimal tidak hanya membutuhkan seseorang untuk mencapai karakteristik sebelumnya, tetapi juga bahwa seseorang terus mengembangkan potensinya, untuk tumbuh dan berkembang sebagai pribadi. Kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri dan menyadari potensi seseorang adalah pusat perspektif klinis pada pertumbuhan pribadi. Keterbukaan terhadap pengalaman, misalnya, adalah karakteristik kunci dari orang yang berfungsi penuh. Individu seperti itu terus berkembang, daripada mencapai keadaan tetap di mana semua masalah diselesaikan. Teori rentang hidup juga memberikan

penekanan eksplisit untuk pertumbuhan yang berkelanjutan dan untuk menghadapi tantangan baru untuk tugas-tugas pada periode kehidupan yang berbeda. Dengan demikian, pertumbuhan berkelanjutan dan realisasi diri adalah tema yang menonjol dalam teori-teori tersebut di atas.

2.1.3 Faktor yang mempengaruhi *Psychological Well Being*

Lieck and Lundin (2021) menyatakan faktor yang mempengaruhi *Psychological Well Being* antara lain:

a. *Early Childhood*

Ada bukti kuat yang menunjukkan pentingnya keterikatan neonatus dengan ibu mereka atau pengasuh utama lainnya untuk perkembangan sosial dan emosional selanjutnya. Perpisahan dari pengasuh utama - misalnya karena ketidakhadiran atau penolakan orang tua - menyebabkan kecemasan, stres, dan rasa tidak aman. Orang tua yang mengalami kesulitan dalam ikatan, memiliki keterampilan terbatas atau menunjukkan sikap negatif menempatkan anak-anak mereka pada peningkatan risiko terkena stres dan masalah perilaku.

b. Atribut dan perilaku individu

Ini berhubungan dengan kemampuan bawaan dan dipelajari seseorang untuk menangani pikiran dan perasaan dan untuk mengatur dirinya sendiri dalam kehidupan sehari-hari ('kecerdasan emosional'). Ini juga merupakan kapasitas untuk menghadapi dunia sosial di sekitar dengan ikut serta dalam kegiatan sosial, mengambil tanggung jawab atau menghormati pandangan orang lain ('kecerdasan sosial').

c. Keadaan sosial dan ekonomi

Kapasitas orang untuk berkembang dan berkembang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial langsung mereka – termasuk kesempatan mereka untuk terlibat secara positif dengan anggota keluarga, teman atau kolega, dan mencari nafkah untuk diri mereka sendiri dan keluarga mereka – dan juga oleh keadaan sosial ekonomi di mana mereka menemukan diri mereka sendiri. Kesempatan yang terbatas atau hilang untuk memperoleh pendidikan dan penghasilan merupakan faktor sosial ekonomi yang sangat penting.

d. Faktor lingkungan

Lingkungan sosiokultural dan geopolitik yang lebih luas di mana orang tinggal juga dapat memengaruhi status kesehatan mental individu, rumah tangga, atau komunitas, termasuk tingkat akses ke komoditas dan layanan dasar (air, layanan kesehatan esensial, supremasi hukum), paparan terhadap kepercayaan budaya yang mendominasi.

e. Kepribadian

Perbedaan kepribadian cenderung memanifestasikan dirinya melalui sistem pikiran manusia yang cepat, firasat, intuitif, dan emosional. Sistem yang lebih lambat, rasional, dan disengaja menunjukkan lebih sedikit variasi output dari orang ke orang. Strategi rasional yang disengaja dapat digunakan untuk mengesampingkan pola respons intuitif, dan inilah yang harus dilakukan oleh orang yang ingin mengubah kepribadian atau perasaan mereka.

2.2 Pet Attachment

2.2.1 Definisi Pet Attachment

Salah satu prinsip utama dari teori keterikatan adalah gagasan bahwa anak usia dini meletakkan dasar bagi perkembangan kepribadian melalui masa hidup dan "... bahwa keterikatan yang aman dengan pengasuh adalah salah satu kebutuhan pertama dan paling dasar dalam kehidupan bayi (Rockett, 2014). Berkembang dari pendapat Bowlby (1969, 1973) bahwa spesies muda dengan periode ketergantungan yang diperpanjang secara biologis termotivasi untuk membangun dan memelihara ikatan selektif dengan tokoh-tokoh diskriminatif di lingkungan mereka yang mampu memberikan perawatan dan pengasuhan hingga dewasa.

Awalnya, konsep keterikatan digunakan untuk mengkonseptualisasikan hubungan anak orang tua. Dalam hubungan seperti itu anak menempati peran yang membutuhkan, pasangan hubungan yang bergantung, dan orang tua menempati peran yang oleh Bowlby (1982) disebut pengasuh yang "lebih kuat dan lebih bijaksana", atau figure keterikatan. Bowlby (1988) mengklaim, bagaimanapun, bahwa teori keterikatan dan konsep keterikatan relevan dengan kognisi sosial dan perilaku relasional di seluruh rentang kehidupan.

Bowlby (1969) mengusulkan bahwa sistem kelekatan paling aktif dalam situasi di mana bayi terancam, di bawah tekanan, ketakutan, lelah, atau sakit dan bahwa

itu “meredam” ketika figur keterikatan memberikan kenyamanan yang dibutuhkan. Bowlby (1982) berpendapat bahwa teori keterikatan dapat diterapkan pada remaja dan hubungan orang dewasa yang memenuhi empat kriteria:

- a. Pemeliharaan keadaan. Lebih suka berada di dekat sosok yang dekat, terutama pada saat stres atau membutuhkan.
- b. Menggunakan figure keterikatan sebagai tempat berlindung yang aman yang menghilangkan kesusahan dan memberikan kenyamanan, dorongan, dan dukungan.
- c. Menggunakan figure keterikatan sebagai basis aman yang meningkatkan rasa aman seseorang, yang pada gilirannya menopang eksplorasi, pengambilan resiko, dan pengembangan diri.
- d. Mengalami kesulitan berpisah ketika figure keterikatan tidak tersedia untuk sementara atau permanen.

Keterikatan manusia – hewan peliharaan mempin orang untuk menggunakan hewan sebagai sumber cinta, penerimaan, dan dukungan emosional, yang dapat membantu memulihkan keseimbangan emosional pada saat dibutuhkan. Pemilik hewan peliharaan cenderung merasa bahwa hewan peliharaan merekatanpa syarat, dan bahwa hubungan dengan hewan peliharaan ditandai dengan stabilitas, konsistensi, kelembutan, kehangatan, kesetiaan, keaslian, dan kurangnya penialaian atau kompetisi (Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011).

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *Pet Attachment* adalah kelekatan pada hewan peliharaan yang dapat dijelaskan dengan teori kelekatan, yang berarti kelekatan pada hewan peliharaan memiliki ikatan emosional antara hewan peliharaan dengan pemilik yang ditandai dengan adanya kecenderungan untuk mendapatkan atau menjaga keamanan.

2.2.2 Dimensi *Pet Attachment*

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.

- a. *Attachment Avoidance*, penghindaran keterikatan hewan peliharaan, menunjukkan sejauh mana orang merasa tidak nyaman dengan kedekatan fisik dan emosional dengan hewan peliharaan mereka sendiri dan berusaha untuk menjaga jarak emosional dari mereka.
- b. *Attachment Anxiety*, kecemasan keterikatan hewan peliharaan, menilai sejauh mana orang memiliki kekhawatiran yang intens dan mengganggu bahwa sesuatu yang buruk mungkin terjadi pada hewan peliharaan mereka, keinginan yang kuat untuk kedekatan dengan hewan peliharaan, dan keraguan serius tentang nilai mereka (pemilik hewan peliharaan) di mata hewan peliharaan mereka.

2.2.3 Pola *Pet Attachment*

Perbedaan individu dalam keterikatan kecemasan dan penghindaran mencerminkan rasa keamanan keterikatan seseorang dan cara dia menghadapi kesusahan. Hafizhah (2021) menyebutkan ada dua pola *pet attachment* yaitu *pet attachment security* dan *attachment insecurity*:

- a. *Pet Attachment Security*

Orang yang mendapat skor rendah pada kedua dimensi memiliki representasi mental sosok keterikatan yang menghibur, yang menciptakan rasa keamanan keterikatan yang berkelanjutan, penghargaan diri yang positif, dan ketergantungan pada strategi konstruktif dari regulasi pengaruh.

- b. *Pet Attachment Insecurity*

Mereka yang mendapat skor tinggi pada kecemasan atau penghindaran keterikatan memiliki representasi terinternalisasi dari sosok keterikatan yang membuat frustrasi atau tidak tersedia dan karenanya menderita rasa ketidakamanan keterikatan yang berkelanjutan.

2.2.4 Faktor yang mempengaruhi *Pet Attachment*

Hafizhah (2021) menyebutkan *Pet Attachment* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

f. Gender

Penelitian melaporkan bahwa keterikatan hewan peliharaan secara signifikan lebih tinggi untuk wanita dibandingkan dengan pria, karena kelekatan umumnya dimiliki oleh wanita (Smolkovic, 2012).

g. Lamanya memelihara hewan peliharaan

Lamanya waktu sehari yang di habiskan bersama hewan peliharaan. Semakin lama memelihara hewan peliharaan, semakin kuat rasa keterikatan (bonding) dengan hewan peliharaan tersebut (Smolkovic, 2012).

h. Jenis hewan peliharaan

Manusia menyukai hewan peliharaan yang memiliki potensi persahabatan lebih besar dan tidak memiliki kekuatan menjadi menghakimi atau kritis. Seseorang mempertimbangkan memilih hewan peliharaan, yang dicirikan sebagai lucu, dan penuh perhatian, dan tidak agresif dan tertekan (Zilcha-Mano, 2015).

i. Struktur rumah tangga

Secara khusus, orang yang tinggal sendiri mungkin lebih cenderung mencari teman dari hewan peliharaan daripada orang-orang di jenis rumah tangga lainnya. Kehadiran anak kecil di rumah juga dapat meningkatkan kemungkinan kepemilikan hewan peliharaan (Lawton, 1984)

2.3 Pemilik hewan peliharaan

Pemilik Hewan Peliharaan berarti setiap orang yang memiliki, menyimpan, atau memelihara anjing, kucing, atau hewan piaraan lainnya, atau memiliki hak asuh terhadapnya. Memiliki hewan peliharaan adalah hak istimewa yang memberi kita hadiah besar. Karena hewan peliharaan kita tidak dapat berbicara sendiri, kita masing-masing mengambil tanggung jawab sebagai pemilik untuk mengadvokasi mereka dan memberikan dukungan serta sumber daya yang mereka butuhkan untuk hidup sehat dan bahagia. Memberikan dukungan itu dimulai bahkan sebelum kita membawa pulang hewan peliharaan (American Veterinary Medical Association, 2023). Dalam penelitian ini, subjek yang dipilih ialah pemilik hewan peliharaan kucing.

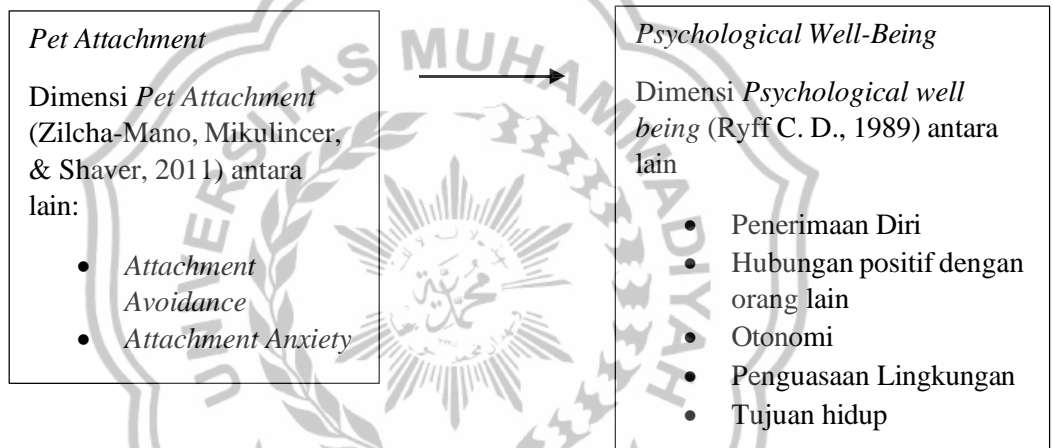
2.4 Hubungan *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being*

Kehidupan manusia dan hewan selalu terjalin di sepanjang sejarah manusia. Manusia sebagai makhluk sosial tidak hanya berelasi dengan manusia lainnya, tetapi manusia juga mampu membangun hubungan relasi dengan hewan lainnya (Christanto, 2020). Teori *attachment* atau kelekatan dikembangkan oleh Bowlby (dalam Fine, 2015) yang menjelaskan bahwa *attachment* adalah segala bentuk perilaku yang mengakibatkan seorang individu mencapai atau mempertahankan kedekatan dengan individu lain yang dianggap lebih mampu dalam mengatasi permasalahan mereka dan digunakan sebagai pelindung mereka. Selain itu, Santrock (2011) mengungkapkan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang kuat antara dua orang. Erikson (dalam Santrock, 2011) memberikan pandangan bahwa tiap individu di tahun pertama kehidupannya akan muncul kepercayaan versus ketidakpercayaan. Kenyamanan fisik dan perawatan yang peka akan mencapai kepercayaan dasar pada bayi. Selanjutnya, kepercayaan tersebut menjadi basis bagi kelekatan dan harapan seumur hidup bahwa dunia merupakan tempat yang baik dan menyenangkan untuk dihuni. Figur kelekatan ini dapat digantikan dengan hewan peliharaan. Hewan peliharaan adalah binatang yang dirawat oleh pemiliknya yang memiliki ikatan emosional di antara keduanya (Imanina, 2022).

Dalam hubungan manusia-hewan peliharaan, bagaimanapun, tugas ini mungkin lebih mudah karena hewan peliharaan lebih konstan dalam perilaku mereka dibandingkan dengan manusia dan lebih mungkin untuk tidak menghakimi cinta dan penerimaan tanpa syarat terhadap pemiliknya (Levinson dalam (Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011). Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan di kota Bandung menunjukkan bahwa, terdapat hubungan positif yang lemah antara *pet attachment* dengan *psychological well-being* pada pemelihara kucing di kota Bandung, yang berarti semakin seorang pemelihara kucing di kota Bandung, memiliki *pet attachment security*, semakin tinggi tingkat *psychological well-being* yang dimilikinya (Hafizhah, 2021). Penelitian kepada pecinta hewan peliharaan di Bogor juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *pet attachment* dengan *psychological well being*. Artinya, apabila individu yang memiliki tingkat *pet attachment* yang tinggi maka tingkat *psychological well being* nya juga tinggi.

Rynearson (1978) menyebutkan bahwa manusia dan hewan peliharaan adalah sosok keterikatan yang signifikan satu sama lain. penelitian juga melaporkan bahwa manfaat psikologis diperoleh dari hidup bersama hewan. ini termasuk penelitian yang menunjukkan bahwa pemilik hewan peliharaan memiliki harga diri yang lebih tinggi, suasana hati yang lebih positif, lebih banyak ambisi, kepuasan hidup yang lebih besar, dan tingkat kesepian yang lebih rendah (Herzog, 2011). Secara keseluruhan, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa keterikatan hewan peliharaan terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pemilik hewan peliharaan memiliki manfaat bagi kehidupan manusia.

2.5 Kerangka Konseptual



Gambar 2. 1 : Kerangka konseptual

2.6 Hipotesis

Menurut (Hardani, 2020) hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2016). Jadi, hipotesis dari penelitian ini adalah ada pengaruh *Pet attachment* terhadap *Psychological Well-Being* para pemilik hewan peliharaan.

