

PENGARUH *PET ATTACHMENT* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PEMILIK HEWAN PELIHARAAN DI KOTA GRESIK

Rizka Wahidah¹, Muhimmatul Hasanah², Setyani Alfinuha³

Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik

Abstract

Keeping pets is a hobby for many people and having an attachment to pets is also considered beneficial for their owners. This study aims to determine the effect of Pet Attachment on Psychological Well Being. This research uses quantitative methods. Determination of the sample using incidental sampling technique, as many as 105 respondents. Research data were collected by distributing questionnaires on the Pet Attachment Questionnaire (PAQ) scale developed by Zilcha-Mano, Mikulincer dan Shaver (2011) and the Psychological Well Being scale developed by Ryff (1989). The analytical method used is simple linear regression analysis. The results of the analysis using a simple linear regression test get a sig value of 0.311, meaning that the significant value is more than > 0.05 . So it can be concluded that there is no significant effect between Pet Attachment on the Psychological Well Being of pet owners in Gresik City.

Keywords: *Pet Attachment, Psychological Well Being, Pet Owners.*

Abstrak

Memelihara hewan peliharaan menjadi kegemaran bagi banyak orang, dan memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan juga dinilai dapat bermanfaat bagi pemiliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh *Pet Attachment* terhadap *Psychological Well Being*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penentuan sampel menggunakan teknik *sampling incidental*, sebanyak 105 responden. Data penelitian dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner skala *Pet Attachment Questionnaire* (PAQ) yang dikembangkan oleh Zilcha-Mano, Mikulincer dan Shaver (2011) dan skala *Psychological Well Being* yang dikembangkan oleh Ryff (1989). Metode analisis yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Hasil analisis menggunakan uji regresi linier sederhana mendapatkan nilai sig 0.311, artinya nilai signifikan lebih dari > 0.05 . Maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *Pet Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pemilik hewan peliharaan di Kota Gresik.

Kata kunci: *Pet Attachment, Psychological Well Being, Pemilik Hewan Peliharaan*

email : rizkawahidah_180701@umg.ac.id

Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik

Jl. Sumatera No 101 GKB Randuagung, Gresik 61121

Pendahuluan

Psychological Well Being atau kesejahteraan psikologis adalah sejauh mana individu merasakan kebahagiaan, ketentraman, kenyamanan, serta hubungan positif dengan 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 (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. 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 & Fourianalisyawati, 2018). Individu dengan perasaan positif, mampu memaknai hambatan sebagai tantangan dan mengkomunikasikan kesulitan menjadi sebuah solusi yang efektif efisien (Prameswari & 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.

Hewan peliharaan sudah lama dianggap sebagai sahabat bagi manusia, bahkan sebagian orang menganggap hewan seperti bagian dari keluarga mereka sendiri. 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).

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 (*American Veterinary Medical Assosiation*, 2023). Hewan peliharaan menawarkan kesejahteraan psikologis bagi pemiliknya. Brown dan Katcher (2001) menyebutkan bahwa hubungan dengan hewan pendamping dapat memberikan cara yang aman untuk belajar mempercayai makhluk hidup lain, dengan demikian menyediakan jembatan menuju kontak manusia.

Keterikatan atau *attachment* sering dijelaskan dalam teori milik 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 (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.

Levinson (1969) mengklaim bahwa hewan peliharaan adalah objek keterikatan alami, tersedia, aktif dan bergerak, dan penuh kasih sayang. Rynearson (1978) menyebutkan bahwa manusia dan hewan peliharaan adalah sosok keterikatan yang signifikan satu sama lain. 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 dkk, 2021).

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 (*well-being*) 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 (Fine, 2019).

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).

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?”, sedangkan 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.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Tujuan penelitian kuantitatif adalah mengembangkan dan menggunakan model matematis, teori dan/atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena alam (Hardani, 2020). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pet Attachment* sebagai variabel Independent (X) dan *Psychological Well Being* sebagai variabel dependent (Y). Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana. Regresi linier sederhana menemukan pengaruh antara dua variabel X (*Pet Attachment*) dan Y (*Psychological Well Being*).

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling Incidental*. Teknik *sampling Incidental* adalah teknik penentuan sample berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti yang dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2016).

Skala yang digunakan untuk mengukur bagaimana tingkat keterikatan dengan hewan peliharaan (*pet attachment*) menggunakan skala *Pet Attachment Questionnaire* (PAQ) yang diadaptasi oleh Hafizhah dan Hamdan (2021) dan di modifikasi dari *Pet Attachment Questionnaire* (PAQ) yang dikembangkan oleh Zilcha-Mano, Mikulincer dan Shaver (2011). Skala yang digunakan untuk mengukur bagaimana tingkat *Psychological Well Being* (PWB). Menggunakan skala PWB yang diadopsi dari (Rachmayani, 2014) dan dikemukakan oleh (Ryff C. D., 1995)

Responden dalam penelitian ini adalah pemilik hewan peliharaan kucing di kota Gresik, terdiri dari tiga kecamatan, yaitu Kecamatan Kebomas, Kecamatan Manyar, Kecamatan Gresik. Responden berjumlah 105 orang, dengan 62 orang mengisi Google form dan 43 orang mengisi Hardcopy, dengan teknik *Incidental sampling*. Penelitian dilakukan pada tanggal 3 Desember 2022 – 12 Desember 2022. Dengan teknik tersebut peneliti menemukan responden yang sesuai dengan karakteristik.

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah	Prosentase
Jenis kelamin		
Laki-laki	26	25%
Perempuan	79	75%
Usia		
17 – 20	9	8,6%

21 – 40	90	85,7%
40 <	6	5,7%
Domisili Kecamatan		
Kecamatan Kebomas	33	31,4%
Kecamatan Gresik	33	31,4%
Kecamatan Manyar	39	37,2%
Lama memelihara hewan peliharaan		
0-2 tahun	42	40%
2 tahun <	63	60%

Hasil dan Pembahasan

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Regresi linear sederhana untuk menemukan pengaruh dua variabel X (*Pet Attachment*) dan variabel Y (*Psychological Well Being*). Untuk mengetahui kemungkinan adanya pengaruh antara nilai X (*Pet Attachment*) dan nilai Y (*Psychological Well Being*).

Tabel 2. Hasil uji ANOVA

Variabel	F	Sig.	Keterangan
PA*PWB	1.038	0.311	Tidak Signifikan

Berdasarkan tabel tersebut, hasil dari uji ANOVA didapatkan nilai F sebesar 1.038 dan nilai signifikansi sebesar 0.311 > 0.05. Nilai signifikansi lebih dari 0,05, maka dapat diambil kesimpulan bahwa, tidak ada Pengaruh yang signifikan antara *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being* Pemilik hewan peliharaan di kota Gresik.

Tabel 3. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square
1	0,100	0,010

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui berapa prosentase pengaruh yang diberikan variabel independen kepada variabel dependen. Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa nilai R 0,100. Azwar (2015) mengkategorisasikan nilai R= 0-0,20 tidak ada hubungan, R= 0,21-0,40 hubungan lemah, R= 0,41-0,60 hubungan sedang, R= 0,61-0,80 hubungan kuat, R= 0,81 – 1 hubungan sangat kuat. Koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,010 yang berarti pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 1%.

Hasil penelitian ini tidak mendukung dari penelitian Tyrestafani dan Soetjningsih (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being* pemilik hewan peliharaan kucing dan anjing di Semarang. Hal yang menjadi pembeda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ialah pada jenis hewan yang dipelihara. Pada penelitian

sebelumnya jenis hewan yang dipelihara ialah kucing dan anjing, sedangkan dalam penelitian ini meneliti hanya pada pemilik kucing. Dan usia responden. Pada penelitian sebelumnya yang menjadi usia responden ialah usia 20-50 tahun, sedangkan pada penelitian ini, usia responden adalah 17 tahun keatas.

Kendati demikian, berdasarkan hasil penelitian terdahulu Hafizhah dan Hamdan (2021) yang melakukan penelitian di kota Bandung menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif yang lemah antara *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being* pemelihara kucing di kota Bandung. Pemelihara kucing di kota Bandung secara signifikan memiliki *Pet Attachment* dengan pola *Attachment Security*, dan memiliki *Psychological Well Being* yang Tinggi. Hal yang menjadi pembeda dalam penelitian ini adalah berdasarkan hasil penelitian responden penelitian sebelumnya memiliki *Psychological Well Being* yang tinggi, sedangkan pada penelitian ini, secara signifikan responden memiliki *Psychological Well Being* yang sedang.

Psychological Well Being sendiri ialah variabel yang umum atau luas. Ryff (1989) menyebutkan ada enam dimensi *Psychological Well Being* yakni otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Banyak faktor yang mempengaruhi *Psychological Well Being* tidak hanya *Pet Attachment* saja, Ryff (1995) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi *Psychological Well Being* antara lain usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, religiusitas, dan kepribadian. Dalam penelitian lain menyebutkan faktor yang mempengaruhi *Psychological Well Being* ialah dukungan sosial, rasa syukur, dan relasi sosial (Hafizhah & Hamdan, 2021).

Penelitian terdahulu mengenai variabel yang mempengaruhi *Psychological Well Being* antara lain ialah, Prameswari dan Ulpawati (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *gratitude* memiliki pengaruh terhadap *Psychological Well Being*. *Gratitude* menyumbangkan 34,7% kesejahteraan psikologis seseorang. *Gratitude* adalah salah satu pemicu positif untuk tetap mampu menciptakan aura dan sikap positif di tempat kerja. Lalu Erpiana dan Fourianalistyawati (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *Trait Mindfulness* memiliki peran secara signifikan terhadap setiap dimensi *Psychological Well Being*.

Selanjutnya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Eva, Shanti, Hidayah dan Bisri (2020), melakukan penelitian mengenai Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. Menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah disebutkan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa tidak hanya variabel *Pet Attachment* variabel lain seperti

Gratitude, Mindfulness, dan dukungan sosial menyumbangkan pengaruh yang positif terhadap *Psychological Well Being* seseorang.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan penelitian pengaruh *Pet Attachment* terhadap *Psychological Well Being* pemilik hewan peliharaan di kota Gresik, peneliti dapat menarik kesimpulan yaitu, diketahui bahwa nilai signifikansi 0,311 ($p > 0,05$), p lebih besar dari 0,05 maka, tidak terdapat pengaruh signifikan antara *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being*. Sebagian besar subjek memiliki tingkat *Pet Attachment* sedang, dan sebagian besar subjek memiliki tingkat *Psychological Well Being* yang sedang.

Peneliti berharap agar pemilik hewan peliharaan dapat membangun kelekatan dengan hewan peliharaan mereka, dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik seiring dengan hubungan kelekatan hewan peliharaan mereka. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dan melanjutkan penelitian mengenai *Pet Attachment* dan *Psychological Well Being*, diharapkan dapat mengkaji lebih kedua variabel yang hendak diteleti, dan diharapkan dapat lebih memperhatikan karakteristik responden.

Daftar Pustaka

- American Veterinary Medical Association*. (2023, January 3). Retrieved from AVMA.org: <https://www.avma.org>
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss Volume 1*. New York: Basic Books.
- Bradburn, M. N. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Brown, S. & Katcher, A.H. (2001). Pet Attachment and Dissociation. *Society & Animals*, 9(1), 25-41.
- Erpiana, A. & Fourianalistyawati, E. (2018). Peran Trait Mindfulness terhadap Psychological Well-Being Pada Dewasa Awal. *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 67-82.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N. & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 122-131.
- Fine, A. H. (2019). *The Human-Animal Bond Over The Lifespan: A Primer for Mental Health Professionals*. In *Clinician's Guide to Treating Companion Animal Issues*. California: Elsevier, Inc.

- Hafizhah, D. N. & Hamdan, S.R. (2021). Hubungan Pet Attachment dengan Psychological Well-Being pada Pemelihara Kucing kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 7(1), 73-76.
- Hardani. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu.
- Herzog, H. (2011). The Impact of Pets on Human Health and Psychological Well Being: Fact, Fiction, or Hypothesis?. *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 236-239.
- Imanina, F. N. (2022). Hubungan antara Pet Attachment dengan Kesepian pada Dewasa Awal Lajang yang Merantau. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 315-323.
- Kurdek, L. A. (2009). Pet Dogs as Attachment Figures for Adult Owners. *Journal of Family Psychology*, 23(4)439-446.
- Laili, R. A. (2021). Pet Attachment Sebagai Strategi Koping untuk Mengurangi Stres Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Skrispi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Levinson, B. M. (1969). *Pet-oriented Child Psychotherapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Rachmayani, D. R. (2014). Adaptasi Bahasa dan Budaya Skala Psychological Well Being. *Proceeding: Seminar Nasional Psikometri*, 253-268.
- Rockett, B. & Car, S. (2014). Animals and Attachment Theory. *Society and Animals*, 22(4), 415-433.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). The Structure of Psychological Well Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* 69(4), 719-727.
- Rynearson, E.K. (1978). Humans and Pets and Attachment. *The British Journal of Psychiatry*, 133, 550-555.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Tan, J.S.Q., Fung, W., Tan, B.S.W., Low, J.Y., Syn, N.L., Goh, Y.X. & Pang, J. (2021). Association between pet ownership and physical activity and mental health during the COVID-19 “circuit breaker” in Singapore. *One Health*, 13, 1-8.

- Tanjung, A. A. (2018). Studi Identifikasi Faktor-Faktor yang Maempengaruhi Psychological Well-Being pada Lansia di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan. *Skripsi*. Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Tyrestafani, R. & Soetjningsih, C.H. (2022). Hubungan Pet Attachment dengan Psychological Well-Being pada pemilik kucing dan anjing di Semarang. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1259-1266.
- Prameswari, Y. & Ulpawati, U. (2019). Peran Gratitude (Kebersyukuran) terhadap Psychological Well-Being Tenaga Kesehatan. *PERSONIFIKASI*, 10(22)100-113.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. & Shaver, P.R. (2011). Pet in the Therapy Room: An Attachment Perspective on Animal-Assisted Therapy. *Attachment & Human Development*, 13(6)541 - 561.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human–pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 45(4), 345-357.