

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Manusia adalah makhluk yang diciptakan Tuhan yang paling sempurna karena memiliki akal dan pemahaman yang memungkinkan manusia dapat berkembang dari waktu ke waktu. Banyak yang telah berkembang dalam masyarakat saat ini, tidak hanya dalam hal teknologi, tetapi juga dalam berbagai aspek dalam kehidupan. Semakin banyak perkembangan yang terjadi selama periode tersebut, semakin banyak juga kebutuhan yang diperlukan untuk mencapai kesejahteraan hidup manusia baik kesejahteraan jasmani dan psikologis, tidak hanya dari sandang, pangan maupun papan saja, namun hal terpenting tentang manusia sebagai makhluk sosial adalah kebutuhan akan hubungan dengan orang lain dan lingkungan. Ketika individu dapat memilih, mengatur, memenuhi kebutuhannya, dan mampu mengendalikannya maka individu tersebut telah memiliki tujuan dalam hidup yang mengarah pada kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) (Tyrestafani & Soetjningsih, 2022).

Psychological well being merupakan teori yang berangkat dari indikator kebahagiaan filsafat Yunani serta teori kepribadian modern Jung dan Maslow (Hamdan, 2018). Menurut Ryff dan Keyes (1995) *psychological well being* adalah suatu keadaan dimana individu merasa dapat hidup dengan rasa bahagia melalui pengalaman-pengalaman yang telah dialami sepanjang hidupnya. Individu yang merasakan *psychological well being* dalam dirinya, mereka akan merasa bahagia, nyaman dan tentram dalam melakukan segala sesuatu (Tanjung, 2018). Sebaliknya, Ryff (dalam Heintzelman 2018) menyatakan bahwa individu dengan *psychological well being* yang rendah memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik, sering merasa tidak puas dengan diri sendiri, kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan beranggapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini, kemudian muncul perilaku minimnya hubungan dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat dan tidak mau

menjalin ikatan dengan orang lain, tidak memiliki tujuan dalam hidupnya dan individu tersebut tidak memiliki keyakinan yang dapat mengubah hidupnya menjadi lebih berarti. Kondisi *psychological well being* yang rendah juga terlihat pada individu yang cenderung mengalami tingkat stress yang lebih tinggi dalam kehidupan sehari-harinya (Diener, dkk., 1999).

Individu membutuhkan individu atau hal lain yang dapat memunculkan emosi positif seperti kegembiraan yang dapat membantu meningkatkan *psychological well being* dalam dirinya, salah satunya dengan memiliki hewan peliharaan. Herzog (2011) menyatakan bahwa kegembiraan yang dirasakan oleh seseorang, datang saat hidup bersama dengan anggota spesies lain. Artinya, individu juga membutuhkan sosok atau figur lain yang dapat memberikan potensi kebahagiaan bagi dirinya. Saat ini, memiliki hewan peliharaan merupakan sesuatu yang lumrah yang dilakukan oleh individu. Ada banyak hewan yang dapat dijadikan hewan peliharaan, salah satunya adalah kucing. Memelihara kucing sudah sejak lama dilakukan, mulai pada masa mesir kuno hingga kini masih dapat kita temui banyak orang yang memelihara kucing. Dilansir pada artikel Akhnam (2022), mengatakan bahwa saat ini memelihara kucing menjadi sebuah tren atau hobi yang banyak dilakukan oleh masyarakat. Kucing yang dipelihara mulai dari kucing ras dengan harga tinggi hingga kucing lokal atau kucing kampung yang mereka adopsi dari lingkungan sekitar rumah mereka.

Tren memelihara kucing yang dilakukan oleh masyarakat juga dibuktikan oleh survei Rakuten Inisight pada tahun 2018 tentang hewan yang paling banyak dipelihara di Asia. Survei ini melibatkan 97 ribu responden dari China, Hong Kong, India, Indonesia, Jepang, Korea Selatan, Malaysia, Filipina, Singapura, Thailand, Taiwan dan Vietnam. Hasilnya Indonesia menduduki peringkat pertama, sekitar 47% *cat owners* (Maris, 2021). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa kucing menjadi pilihan banyak masyarakat untuk menjadikannya sebagai hewan peliharaan, dengan menghabiskan waktu bersama hewan

peliharaan dinilai akan dapat meningkatkan *psychological well being*, karena menghabiskan waktu dengan hewan peliharaan memiliki efek emosional yang positif dan meningkatkan perasaan gembira serta bahagia. Perilaku hewan peliharaan juga dapat memenuhi kebutuhan individu, seperti rasa ingin disayangi. Tidak hanya sebagai pengganti peran manusia, hewan peliharaan juga memiliki peran tersendiri dalam menciptakan hubungan yang mengandung rasa nyaman yang konsisten (Indriani & Ervanda, 2021).

Dalam interaksi serta hubungan yang terjalin antara manusia dengan kucing tersebut dapat terbentuknya *pet attachment*. *Pet attachment* berangkat dari teori *attachment* pada manusia yang dicetuskan oleh Bowlby (dalam Upton 2012) yaitu ikatan emosional atau hubungan yang terjadi antara satu figur sosial tertentu dengan satu figur lainnya. *Pet attachment* adalah ikatan emosional dan interaksi antara pemilik dan anggota keluarga lainnya dengan hewan peliharaan mereka (Johnson dkk., 1989). Figur kelekatan berupa individu dengan individu lainnya ataupun dengan figur lain contohnya seperti hewan peliharaan. *Pet attachment* merujuk pada ikatan emosional antara pemilik dengan hewan peliharaan mereka (Johnson, dkk., 1992). Levinson (dalam Zilcha-Mano, dkk., 2011) menyatakan bahwa hewan peliharaan menjadi figur kelekatan yang naluriah, aktif dan bergerak, serta penuh kasih sayang.

Attachment pada hewan peliharaan artinya pemilik dengan hewan peliharaannya memiliki ikatan emosional yang ditandai dengan adanya keinginan untuk saling melindungi, menjaga keselamatan, menciptakan rasa aman dan nyaman. Semakin nyaman individu dengan hewan peliharaannya maka akan semakin kuat ikatan tersebut. Menurut studi yang dilakukan oleh Setianingrum (2012) disebutkan bahwa terdapat tiga manfaat dari melakukan aktivitas memelihara hewan, yaitu membantu memulihkan kesehatan dengan menerapkan gaya hidup sehat seperti mengajak jalan-jalan atau bermain, membantu mengatasi stress dengan bermain bersama hewan peliharaan dan bersosialisasi dengan

lingkungan serta orang-orang baru seperti saat memandikan maupun membawanya berjalan-jalan. Pada penelitian terdahulu, menyebutkan bahwa *pet attachment* dapat berpengaruh pada lebih tingginya tingkat *psychological well being* (Kanat-Maymon, Antebi, & Zilcha-Mano, 2016; McConnell, Brown, Shoda, Stayton, & Martin, 2011).

Pet attachment memiliki dua pola dalam hubungan dua arah yang melibatkan antara manusia dengan hewan peliharaan di mana adanya saling ketergantungan satu sama lain. Pertama, pola *pet attachment security* yaitu pada dimensi *attachment anxiety* maupun *attachment avoidance*, mereka mendapatkan skor rendah dan memiliki representasi mental dari figur *attachment* yang nyaman, yang pada akhirnya menciptakan rasa *attachment security*, *self-regard* positif dan dapat bergantung pada strategi konstruktif dari regulasi afek secara berkelanjutan (Zilcha-Mano, dkk., 2011). Kedua, pola *pet attachment insecurity* yaitu mereka yang memiliki skor tinggi pada salah satu dimensi ini memiliki sosok keterikatan yang membuat frustrasi atau kurangnya figur keterikatan internal, sehingga mereka mengalami *attachment insecurity* yang bertahan lama (Zilcha-Mano, dkk., 2011).

Hubungan tersebut dapat memberikan dampak yang cukup besar terhadap kesehatan fisik maupun psikologis bagi pemeliharannya. Kelekatan seseorang dengan hewan peliharaannya dapat mendasari tumbuhnya *psychological well being*, adanya perasaan-perasaan kelekatan yang terjalin saat seseorang memiliki hewan peliharaan juga tunduk pada tumbuhnya hal-hal yang dapat menjadi faktor yang mempengaruhi terbentuknya *psychological well being* pada individu yang mengalaminya. Selain itu, adanya kesejahteraan dan kepuasan merupakan indikasi dari *psychological well being* (Ryff, 1989), sehingga kesejahteraan psikologis sering dikaitkan dengan adanya pengaruh positif (Greenglass & Fiksenbaum, 2009).

Penelitian terkait dengan *pet attachment* telah dilakukan di Indonesia oleh Tyrestafani dan Soetjningsih (2022) yang menyebutkan bahwa semakin lama hubungan antara manusia dengan hewan bukan hanya sekedar hubungan sebagai pemilik dengan sesuatu yang menjadi miliknya saja, tetapi didasari oleh kasih sayang sehingga menciptakan ikatan antara individu dan hewan peliharaan mereka, yang bisa disebut dengan *pet attachment*. Dalam penelitian Indriani dan Erwanda (2021) juga menyebutkan bahwa hewan peliharaan memiliki peran yang dapat menggantikan peran manusia dalam kehidupan pemiliknya, hewan peliharaan juga jujur, setia, dan secara nyata menunjukkan kasih sayang kepada pemiliknya.

Kedekatan manusia dengan hewan peliharaan ini juga memunculkan suatu *platform* atau tempat berkumpulnya para *pets owner* atau pemilik hewan peliharaan di media sosial twitter dalam akun *autobase @yourpetsfess*. Twitter sebagai media sosial yang sangat populer dan digunakan oleh banyak orang di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Dilansir pada artikel Nisriyana (2022), ditemukan bahwa pengguna twitter di tanah air saat ini paling banyak berasal dari generasi z yang berada dalam rentang usia di bawah 25 tahun, yakni mereka yang berada pada rentang usia 18 hingga 24 tahun. Rentang usia 18-25 tahun menurut Santrock (2012) merupakan masa transisi dewasa awal atau *emerging adulthood*. Salah satu akun twitter yang terkenal di Indonesia untuk pemilik hewan peliharaan adalah *@yourpetsfess*. Akun tersebut memiliki lebih dari 76 ribu pengikut dan menjadi wadah bagi para pemilik hewan peliharaan untuk berbagi pengalaman, media penyampaian informasi, cerita atau *sharing* oleh para pengikutnya mengenai hewan peliharaan melalui sistem bot dengan mengirimkan pesan (*direct message*) pada akun *autobase* tersebut, kemudian informasi akan muncul secara anonim dalam halaman akun *@yourpetsfess*.

Akun twitter @yourpetsfess merupakan *autobase* untuk pemilik hewan peliharaan secara umum, namun peneliti menemukan lebih banyak pembahasan mengenai kucing peliharaan. Dalam akun tersebut ditemukan beberapa cuitan pemilik kucing yang memperlihatkan keresahannya dan menyatakan bahwa dirinya merasa stress saat memelihara kucing akibat dari beberapa perilaku kucing, seperti: membuang kotoran sembarangan, memecahkan dan merusak barang-barang yang ada disekitarnya, masalah kesehatan pada kucing yang tidak kunjung sembuh seperti diare, jamur dan infeksi, juga saat kehilangan kucing peliharaanya. Permasalahan tersebut dapat memicu stress berkepanjangan yang apabila tidak dapat dikelola dengan baik akan berdampak pada stabilitas emosional. Ketika emosi tidak stabil dan terjadi terus menerus, maka akan menurunkan tingkat *psychological well being* dalam diri seseorang (Strizhitskaya, dkk., 2018).

Memelihara kucing yang dirasa dapat membantu dalam meningkatkan *psychological well being* seperti merasakan kegembiraan dan kebahagiaan karena menjadikan kucing sebagai teman, namun dalam beberapa kasus, terdapat asumsi lain bahwa memelihara kucing dapat menghasilkan kondisi emosi yang bersebrangan atau tidak diharapkan yaitu stress. Stress yang dirasakan oleh para pemilik kucing dapat disebabkan oleh adanya beban tanggung jawab yang tidak terduga yang mana pemilik kucing harus bertanggung jawab penuh atas perawatan kesehatan dan kesejahteraan peliharaan mereka serta dituntut harus mampu mengantisipasi perilaku kucing yang tidak menyenangkan. Jika pemilik merasa kewalahan dengan beban tanggung jawab tersebut, maka dapat menyebabkan stress yang berdampak negatif pada *psychological well being* mereka. Sejalan dengan penelitian Lustig dan Cramer (2015) yaitu sangat penting untuk dicatat bahwa tidak semua studi penelitian menyatakan bahwa memiliki hewan peliharaan dapat memenuhi kebutuhan emosional, justru dapat meningkatkan stress dan kelelahan emosional, hal ini terjadi karena

tidak semua kebutuhan manusia dapat terpenuhi ketika berurusan dengan hewan peliharaan, mungkin karena adanya pengalaman negatif dengan hewan, hal ini juga dapat terjadi karena adanya keterbatasan dalam menjaga dan merawat hewan. Interaksi antara hewan dan manusia dapat dikatakan berhasil bila diperkuat dengan adanya sistem umpan balik positif antara keduanya (Juliadilla & Hastuti, 2019).

Pada hasil pra survey yang dilakukan peneliti kepada 6 pemilik kucing yang merupakan *followers autobase @yourpetsfess* menunjukkan bahwa keseluruhan responden telah memelihara kucing selama satu hingga lebih dari tiga tahun. 5 dari 6 responden menyatakan kucing peliharaannya sudah dianggap seperti teman dekat dan keluarga serta sering menghabiskan waktu bersama dengan kucing peliharaan, sedangkan 1 responden menyatakan kucing sebagai hewan peliharaan saja dan jarang berinteraksi dengan kucingnya.

Pada responden N sering merasa kesepian dan kurang merasa bahagia saat sebelum memelihara kucing, setelah memelihara ia merasa hidupnya lebih bahagia. Pada responden D menyatakan masih sering merasa stress dan kesepian. Kehadiran kucing dalam hidupnya dirasa membantu untuk mengatasi stress dan kesepian tersebut, namun belum dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mental serta masih merasa belum nyaman dengan kehidupannya. Pada responden R merasa terbantu untuk mengatasi stress dan kesepian dengan memelihara kucing dan merasa lebih bahagia namun dalam kehidupan sehari-hari, masih seringkali merasa stress juga kesepian. Pada responden H menyatakan bahwa ia jarang merasa stress dan kesepian, kucing membuatnya merasa tenang karena lucu, menggemaskan dan menyenangkan. Pada responden RF menyatakan masih sering merasa stress dan kesepian, setelah memelihara kucing ia merasa terbantu dengan kehadiran kucing tersebut, ia merasa lebih bahagia, tenang dan berinteraksi dengan kucing menurutnya dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mental, namun sejauh ini ia merasa masih mencari arti kehidupan yang bermakna. Pada responden O menyatakan bahwa ia

jarang merasa stress dan kesepian, memelihara kucing membantunya untuk meningkatkan kesejahteraan mental karena merasa lebih bahagia dan tenang saat bersama dengan kucing, namun ia merasa belum memiliki hidup yang bermakna.

Berdasarkan hasil pra survey didapatkan bahwa sebagian besar responden masih merasa stress dan kesepian serta kehidupan yang bermakna belum dirasakan oleh mereka. Hal tersebut, mengindikasikan bahwa tingkat *psychological well being* masih rendah ketika mereka merasa belum nyaman akan kehidupannya dan masih merasakan stress dalam kehidupan sehari-harinya. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Ryff (1995) yang menyatakan bahwa banyak hal yang dapat mempengaruhi *psychological well being* seseorang, salah satunya adalah distress atau jenis stres yang berdampak negatif pada seseorang. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat stres seseorang maka semakin rendah *psychological well being*, dan sebaliknya.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti ingin mengetahui apakah individu yang memiliki hewan peliharaan khususnya kucing, tingkat *psychological well being* akan lebih tinggi dari yang tidak memelihara kucing. Berawal dari pemikiran tersebutlah, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang ada tidaknya pengaruh *pet attachment* terhadap *psychological well being* pada pemilik kucing yang merupakan *followers autobase @yourpetsfess*.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Pada penelitian yang dilakukan oleh Pradhana Mukti Wibowo (2020) dengan judul Hubungan Antara *Pet Attachment* Dengan *Psychological Well Being* Pada Pemilik Hewan Peliharaan. Hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang tidak signifikan antara variabel *pet attachment* dengan *psychological well being* yang tergolong dalam kategori hubungan sangat lemah, artinya *pet attachment* yang tinggi belum tentu dapat meningkatkan *psychological well being* kepada para pemilik hewan peliharaan.

Dilanti Nur Hafizhah dan Stephani Raihana Hamdan juga melakukan penelitian pada tahun 2021 yang berjudul Hubungan *Pet Attachment* dengan *Psychological Well Being* pada Pemelihara Kucing Kota Bandung. Hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat hubungan positif yang lemah antara *pet attachment* dengan *psychological well being* yang artinya semakin seseorang memelihara kucing di Kota Bandung memiliki *pet attachment security* maka semakin tinggi tingkat *psychological well being* yang dimilikinya.

Erry Indriani dan Rizkyan Erwanda melakukan penelitian pada tahun 2021 yang berjudul Hubungan Antara *Pet Attachment* Dengan *Psychological Well Being* Pada Pecinta Hewan Peliharaan Di Bogor. Hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat hubungan positif antara *pet attachment* dengan *psychological well being* yang artinya individu yang memiliki tingkat *pet attachment* yang tinggi maka tingkat *psychological well being* yang dimilikinya juga tinggi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Renata Tyrestafani dan Christiana Hari Soetjningsih pada tahun 2022 yang berjudul Hubungan *Pet Attachment* Dengan *Psychological Well Being* Pada Pemilik Kucing Dan Anjing Di Semarang. Hasil penelitian diperoleh bahwa adanya hubungan positif antara *pet attachment* dengan *psychological well being* pemilik kucing dan anjing di Kota Semarang yang artinya semakin tinggi tingkat *pet attachment* maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well being* para pemilik kucing dan anjing di Kota Semarang.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Rizka Wahidah, Muhimmatul Hasanah dan Setyani Alfinuha pada tahun 2023 dengan judul Pengaruh *Pet Attachment* Terhadap *Psychological Well Being* Pemilik Hewan Peliharaan Di Kota Gresik. Hasil penelitian diperoleh bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *pet attachment* terhadap *psychological well being* pemilik hewan peliharaan di Kota Gresik.

Berdasarkan uraian penelitian diatas, menunjukkan adanya kesenjangan pada hasil penelitian. Karena hal itu, peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai *pet attachment* dan *psychological well being* dengan rumusan masalah “apakah terdapat pengaruh *pet attachment* terhadap *psychological well being* pada pemilik kucing yang merupakan *followers autobase @yourpetsfess?*”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dipaparkan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *pet attachment* terhadap *psychological well being* pada pemilik kucing yang merupakan *followers autobase @yourpetsfess*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang Psikologi mengenai pengaruh *pet attachment* terhadap *psychological well being* pemilik kucing.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk para pemilik kucing dalam memahami hubungan mereka dengan hewan peliharaan dan bagaimana hubungan tersebut dapat mempengaruhi *psychological well being* mereka, serta dapat bermanfaat untuk semua kalangan sebagai bahan bacaan tentang pengaruh *pet attachment* terhadap *psychological well being* pada pemilik kucing.