



Hubungan Pet Attachment Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat Pandemic

The Relationship of Pet Attachment to the Subjective Well-Being of Animal Owners During a Pandemic

Zaida Qori As'ari¹

¹ Zaida Qori As'ari, Surabaya

Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya

Corresponding author : zaidaqori@gmail.com

Abstrak

Pandemic Covid 19 telah membuat banyak perubahan dan penyesuaian diri yang harus dilakukan masyarakat selama Wabah ini terjadi. Berdasar dari pernyataan diatas covid-19 mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, baik dalam konteks individu dan social. Pada akhirnya Individu perlu melakukan penyesuaian diri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Salah satunya adalah Subjective Well-Being. Kebutuhan individu untuk menemukan kebahagiaan secara individu dalam kehidupan. Memilih hewan peliharaan sebagai teman merupakan suatu pilihan karena sifatnya yang membantu, menemani dan dapat menjadi sarana pemilik dalam meningkatkan kebahagiaan dan menurunkan stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya peran *Pet Attachment* Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan di masa pandemi Covid-19. Adapun skala yang digunakan pada variabel *Pet Attachment* adalah skala *Lexington Attachment to Pets Scale* dan skala variabel *Subjective Well-Being (SWB)*, yaitu *kepuasan hidup (satisfaction of life)* serta *perasaan positif dan negatif (positive and negative experience)*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji prasyarat analisis meliputi uji normalitas dan uji linieritas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Hasil Penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang berarti penelitian ini menunjukkan kedekatan dengan hewan peliharaan memiliki hubungan dengan Subjective Wellbeing pada individu yang dewasa yang sedang Work From Home.

Kata Kunci : Pet Attachment, Subjective Wellbeing, Masyarakat, Pandemic Covid 19

Abstract

The COVID-19 pandemic has made many changes and adjustments that people have to make during this outbreak. Based on the statement above, COVID-19 affects various aspects of life, both in individual and social contexts. In the end, individuals need to make adjustments to meet the needs of their lives. One of them is Subjective Well-Being. Individual needs to find individual happiness in life. Choosing a pet as a friend is a choice because it is helpful, accompanies and can be a means for the owner to increase happiness and reduce stress. The purpose of this study was to determine the role of Pet Attachment on the Subjective Well-Being of Animal Owners during the Covid-19 pandemic. The scale used in the Pet Attachment variable is the Lexington Attachment to Pets Scale and the Subjective Well-Being (SWB) variable scale, namely life satisfaction (satisfaction of life) and positive and negative feelings (positive and negative experience). Data analysis in this study used the analysis prerequisite test including normality test and linearity test of the relationship between the independent variable and the dependent variable. The results showed that there was a relationship, which means that this study shows that closeness to pets has a relationship with Subjective Wellbeing in adult individuals who are working from home.

Keywords : Pet Attachment, Subjective Wellbeing, Society, Pandemic Covid 19



PENDAHULUAN

Pandemic Covid 19 saat ini telah memasuki tahun ke 3 , banyak perubahan dan penyesuaian diri yang harus dilakukan masyarakat selama Wabah ini terjadi. Beberapa dampak negatif yang terjadi dalam masa Pandemic ini diantaranya pada kesehatan fisik dan psikologis individu dan masyarakat (2020). Menurut Brooks dkk. dampak psikologis selama pandemi diantaranya gangguan stres pascatrauma (post-traumatic stress disorder), kebingungan, kegelisahan, frustrasi, ketakutan akan infeksi, insomnia dan merasa tidak berdaya. Bahkan beberapa psikiatris dan psikolog mencatat hampir semua jenis gangguan mental ringan hingga berat dapat terjadi dalam kondisi pandemik ini.

Diantaranya dengan kebijakan social distancing dan bahkan sempat memberlakukan lockdown total. Jadi sangat jelas covid-19 mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, baik dalam konteks individu dan social. Kondisi ini diperparah dengan hambatan yang dialami masyarakat banyak yang kehilangan pekerjaan karena di PHK dan banyak masyarakat pula sulit dalam melakukan jual beli karena konsumen yang semakin menurun. Begitu juga dampak yang terjadi di dunia pendidikan dari pandemi global ini adalah bergesernya platform pembelajaran dari pertemuan tatap muka menjadi pertemuan yang dilakukan secara daring. Hal ini tentu sangat mengganggu terhadap kesehatan psikologis pada sebagian besar orang. Berdasar dari menurunnya intensitas masyarakat dalam memenuhi kebutuhan social dan berinteraksi satu sama lain, dalam hal ini dapat menjadi indikasi terpengaruhnya kesejahteraan Psikologis (Psychological well-being) yang dimiliki.

Pada akhirnya masyarakat perlu untuk melakukan penyesuaian diri untuk dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Salah satunya adalah dengan memiliki hewan peliharaan sebagai teman di masa pandemic yang mengurangi intensitas social yang dimiliki oleh masyarakat. Drh. Rio Aditya Setiawan mengatakan jika manfaat dalam memelihara hewan peliharaan , adalah sebagai teman hidup. Hewan peliharaan bisa menjadi teman hidup karena sifatnya yang membantu dan menemani, kesehatan mental, ia menggambarkan bahwa manfaat lain dalam memelihara hewan adalah sebagai sarana kesehatan mental pemiliknya dalam meningkatkan kebahagiaan, menurunkan stres ataupun menghadapi kecemasan.

Berdasar pada beberapa dampak yang ada menunjukkan pentingnya penelitian mengenai Pet Attachment pada Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat kondisi Pandemic. Hal ini dapat menjadi salah satu tolak ukur untuk individu dapat memperoleh kebahagiaan subjective berdasar dari hewan peliharaan yang dimiliki. Penelitian ini menerapkan karakteristik dalam subjek penelitian, yaitu individu usia dewasa yang sedang bekerja dirumah (WFH) dan memiliki hewan peliharaan. Penelitian terdahulu banyak meneliti mengenai Attachmen antara



individu dewasa , namun dalam hal ini teori Attachment tidak hanya dapat dikaji dengan hubungan antar manusia, namun juga dapat dikaji antara manusia dan hewan. Dalam hal ini hewan peliharaan juga merupakan stimulus yang dapat memberikan pengaruh pada Subjective Well-being individu, sehingga peneliti tertarik untuk melihat “Hubungan Pet Attachment pada Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat kondisi Pandemic”.

1. Pet Attachment

a. Definisi Pet Attachment

Istilah Pet Attachment (kelekatan pada hewan peliharaan) ini didasari pada teori attachment milik Bowlby pada manusia, yang menyatakan bahwa attachment adalah sebagai ikatan emosional yang dimiliki antara individu dengan figur lekatnya. Figur kelekatan disini dapat berupa individu dengan individu lain atau pun figur berupa hewan peliharaan (Hardiana Saraswati Nugrahaeni, 2016).

Pet Attachment juga adalah teori 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 Karen (2010:16).

Nebbe menyatakan “The human-pet relationship can be simple and safe, with minimal risk. A pet can be accepting, openly affectionate, honest, loyal and consisten, which are all qualities that can be satisfy a person’s basic need to be loved and feel self-worth” (Smolkovic, Fajfar, & Mlinaric, 2012). Artinya adalah hubungan manusia dan hewan merupakan hubungan yang sederhana dan aman, dengan resiko yang minimal. Hewan peliharaan dapat menerima, terbuka, jujur, setia dan konsisten. Semua kualitas tersebut dapat memenuhi kebutuhan dasar manusia untuk mencintai dan merasa dicintai.

b. Faktor Pet Attachment

Terdapat 3 faktor yang mempengaruhi Pet Attachment dijelaskan oleh Smolkovic et al (2012)

1) Gender

Wanita dilaporkan mempunyai tingkat keterikatan dengan hewan peliharaannya yang lebih tinggi dibandingkan pria.

2) Lama Peliharaan

Lamanya waktu memelihara hewan peliharaan mempengaruhi keterikatan dengan hewan peliharaan. Semakin lama seorang individu memelihara hewan peliharaannya, maka semakin terikat pula hubungan antara individu tersebut dengan hewan peliharaannya.



3) Jenis hewan peliharaan Peliharaan

Anjing ras mempunyai harga yang lebih tinggi dan perawatan yang lebih rumit sehingga seorang individu yang memelihara anjing ras mempunyai keterlibatan lebih tinggi dalam perawatannya dibandingkan dengan anjing non-ras, sehingga hal tersebut mampu membentuk keterikatan yang lebih dalam dibandingkan dengan individu yang memelihara anjing non-ras.

c. **Dimensi Pet Attachment**

Dimensi Pet Attachment dijelaskan oleh Zilcha-Mano et al (2011)

1) *Gender Attachment-Related Avoidance*

Menjelaskan seberapa jauh seorang individu akan merasa tidak nyaman dengan kedekatan secara fisik dan emosional terhadap hewan peliharaannya sendiri. Mereka selalu berusaha untuk menjaga jarak dan mencegah hewan peliharaannya masuk ke dalam ruang pribadinya.

2) *Attachment Anxiety*

Menjelaskan seberapa jauh seseorang akan merasa cemas dan khawatir apabila terjadi suatu hal yang buruk terhadap hewan peliharaannya. Seseorang akan selalu mempunyai keinginan yang kuat untuk selalu dekat dengan hewan peliharannya. Ketika seseorang mempunyai nilai rendah pada kedua dimensi ini, maka individu tersebut dianggap berada pada keterikatan yang aman dengan hewan peliharaan mereka.

2. **Subjective Well-Being**

a. **Subjective Well-Being**

Subjective Well-Being (selanjutnya disingkat SWB) seringkali disebut juga dengan kebahagiaan. Kebahagiaan, menurut konsep SWB, dicapai apabila seseorang menilai kehidupannya memuaskan dan sering merasakan perasaan-perasaan positif. Sehingga SWB dapat dinilai berdasarkan dua aspek, yaitu penilaian secara kognitif dan afektif. Saat individu merasa puas dengan hidupnya, maka ia sedang menilai hidupnya secara kognitif (kepuasan hidup). Sedangkan saat individu sering merasakan emosi-emosi positif, ia sedang menilai kehidupannya berdasarkan afektif (perasaan). Setiap penilaian dilakukan berdasarkan ideal/standart subjektif individu, karena itulah disebut dengan kesejahteraan subjektif (subjective well-being) (Diener, 1984).

b. **Aspek Subjective Well-Being**

Para peneliti membagi aspek Subjective Well-being (SWB) menjadi dua, aspek kognitif (cognitive) dan aspek afektif (affective) (Diener 1984, Diener dkk, 1999, dalam Eid & Larsen, 2008).



1) Aspek Kognitif

Seseorang dikatakan sejahtera apabila ia puas dengan kehidupannya, karena itulah penilaian kognitif dikatakan juga sebagai penilaian kepuasan hidup. Penilaian kepuasan hidup didasarkan pada perbandingan keadaan seseorang saat ini, dengan standar yang baik menurut orang tersebut. Penilaian dapat dilakukan global/keseluruhan maupun spesifik (keuangan, percintaan, pertemanan dsb), namun Diener mengatakan bahwa SWB, menggunakan penilaian secara keseluruhan (Diener, 1984; Diener dkk, 1999).

2) Aspek Afektif

Selain penilaian kognitif, adapula penilaian secara afektif (perasaan). Kesejahteraan seseorang juga diukur berdasarkan frekuensi emosi positif (senang, gembira, puas) dan negatif (marah, sedih, takut) yang seseorang rasakan. Diener (1984) mengatakan bahwa emosi positif dan negatif diperoleh dari respon seseorang terhadap suatu kejadian (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasional. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah Pet Attachment dan Subjective Well Being pada pemilik Hewan Peiharaan. Penelitian menggunakan metode kuantitatif merupakan metode yang di gunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu (Sugiyono, 2012).

Teknik penentuan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah didasarkan pada metode Non Probability sampling yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel, dengan menggunakan pendekatan purposive sampling. Menurut Sugiyono (2017:85), Purvosive Sampling adalah sebagai berikut: "Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu". Alasan pemilihan sampel dengan menggunakan purposive sampling adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria sesuai dengan yang telah penulis tentukan. Oleh karena itu, sampel yang dipilih sengaja ditentukan berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditentukan oleh penulis untuk mendapatkan sampel yang representatif. Adapun kriteria Responden dalam penelitian ini adalah a) Warga Negara Indonesia; b) Usia 19-40 tahun; c) Memiliki Hewan Peliharaan; d) Sedang Bekerja di Rumah(WFH). Jumlah sampel yang dijadikan subjek penelitian sebanyak 50 sampel.



Alat ukur dalam penelitian menggunakan skala Pet Attachment dan Subjective Well-Being Jenis skala yang digunakan adalah model Likert, dengan pemberian skor sebagai berikut:

Tabel 1. Skor Penilaian Butir

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favor	Unfav
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Pet Attachment adalah teori mengenai kedekatan manusia dengan hewan peliharaan. Skala Pet Attachment Dalam penelitian ini digunakan instrumen atau pengukuran skala Lexington Attachment to Pets Scale milik Johnson et al (1992), Skala ini terdiri dari 23 item yang memiliki sebaran reliabilitas 0.339 s/d 0.767. Subjective Well-Being adalah teori mengenai Setiap penilaian kebahagiaan yang dilakukan berdasarkan ideal/standart subjektif individu, karena itulah disebut dengan kesejahteraan subjektif (subjective well-being) (Diener, 1984). Skala SWB dalam penelitian ini menggunakan modifikasi instrumen skala SWB milik (Diener,1984), skala ini terdiri dari 17 item yang memiliki sebaran reliabilitas 0.588/0.740. Dalam mengumpulkan data partisipan dalam penelitian ini memberikan jawaban yang dikumpulkan melalui google form yang disebar oleh peneliti melalui platform media sosial, misalnya Facebook, Twitter, Instagram, Whatsapp, Line dan Telegram sehingga data terkumpul dengan cepat.

Sebelum melakukan analisis Korelasi pada Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP), peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas data pada masing-masing variabel. Uji normalitas data dilakukan dengan melihat nilai Shapiro Wilk. Data dapat dikategorikan sebagai data berdistribusi normal apabila nilai Shapiro Wilk berada $>0,05$. Sebaran data dalam variabel Pet Attachment dalam penelitian ini memiliki nilai Shapiro Wilk 0.437, dan Sebaran data dalam variabel Subjective Well-Being dalam penelitian ini memiliki nilai Shapiro Wilk 0.447, hal ini menunjukkan bahwa data masing-masing variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal.



Tabel 1
Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk
Subjective Well Being	0.447
Pet Attachment	0.437

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Uji Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP), yang telah dilakukan dapat dilihat nilai korelasi antara variabel independen yaitu Pet Attachment Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat Pandemic. Nilai koefisien korelasi yang didapatkan dari dua variabel tersebut adalah 0.457 untuk hubungan antara Pet Attachment Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat Pandemic. Angka koefisien korelasi yang ditunjukkan oleh korelasi antar variabel menunjukkan nilai positif. Artinya hubungan antara variabel Pet Attachment Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat Pandemic bersifat Searah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi Pet Attachment yang dimiliki individu maka semakin tinggi pula Subjective Well-Being yang dimiliki. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari (Adamson, 2006) yang menyatakan bahwa Mengadopsi hewan peliharaan dapat membuat pemilik menjadi lebih sehat, bahagia, dan dapat memahami arti cinta dengan baik, Hewan peliharaan dapat membuat seorang individu lebih mengerti tentang arti pengorbanan dan saling memberi.

Selanjutnya berdasarkan skor signifikansi yang dianalisis menggunakan Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP), peneliti mendapatkan hasil bahwa hipotesis yang berbunyi terdapat korelasi positif yang cukup antara Pet Attachment Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan diterima. Hal ini berdasarkan skor signifikansi yang didapatkan lebih kecil daripada taraf signifikansi ($0.000 < 0.05$). Berdasar dari hasil yang diperoleh, adanya korelasi positif antara Pet Attachment dan Subjective Well-being sejalan dengan (Geisler, dalam Zilcha-Mano et al, 2011) yang menyatakan jika, Individu dengan hewan peliharaan akan merasa bahwa peliharaannya adalah tempat berlindung yang aman, serta dapat menjadi sumber dukungan, kenyamanan, dan bantuan saat dibutuhkan.

Tabel 2
Pearson's Correlations

	Pearson's	p
Pet Attachment - SWB	0.457	<.001



Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan Spearman's Rank, dapat diketahui bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara Pet Attachment terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat Pandemic diterima. Penelitian terdahulu yang meneliti mengenai hubungan Pet Attachment sebagai strategi coping juga menyatakan jika Hewan peliharaan dapat digunakan sebagai strategi coping seseorang sehingga mampu menurunkan stres, kecemasan, dan mampu menghindari penyakit (dalam Rizqi, 2021). Hewan peliharaan memberikan beberapa manfaat positif dari segi fisik, sosial, dan emosional. Terapi dengan bantuan hewan peliharaan memberikan perasaan hidup dan aman serta menurunkan stres dan tekanan darah pada pasien jantung (dalam Kronholz et al, 2015). Hewan peliharaan sebagai tokoh attachment yang memberikan rasa aman pada saat-saat tertentu, kebutuhan dan basis eksplorasi yang aman yang dapat mengurangi stres. Hewan peliharaan merupakan sumber dukungan, kenyamanan, dan kelegaan pada saat dibutuhkan (dalam Juliadilla & Hastuti, 2018).

KESIMPULAN

Kehidupan individu dalam kondisi pandemic mengalami banyak sekali perubahan, namun sejalan dengan kebutuhan individu untuk memiliki perasaan Subjective Well-Being, membuat beberapa penyesuaian diri atas kondisi saat ini yang mengalami keterbatasan dalam interaksi sosial antar manusia. Sebagai manusia yang memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan diri sendiri, membuat individu melakukan beberapa upaya kreatif untuk dapat mengatasi permasalahan yang dialami, salah satunya adalah dengan membangun kedekatan dengan hewan peliharaan (Pet Attachment). Berdasar dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan jika Pet Attachment dapat menjadi salah satu cara bagi individu dewasa yang sedang terdampak pandemic untuk tetap mendapatkan perasaan bahagia. Kedekatan dengan hewan peliharaan dapat berhubungan secara positif dengan kebahagiaan subjective bagi individu yang mengalami keterbatasan bersosialisasi karena sedang WFH. Mulai dari menganggap hewan peliharaan sebagai teman ketika dirumah, bercerita pada hewan peliharaan dan menganggap jika memiliki hewan peliharaan menjadi sebuah upaya untuk mereduksi stres telah berhasil membuat individu berpotensi memperoleh Subjective Well-Being dalam dirinya.

Penelitian mengenai peran hewan untuk membantu permasalahan manusia dalam ranah psikologis belum banyak dilakukan di Indonesia, hal ini membuat peneliti ingin memperdalam mengenai variabel Pet Attachment dan pengaruhnya pada manusia dapat lebih banyak dikaji. Kondisi lingkungan dan keterbatasan manusia dalam bergerak pada kondisi pandemic membuat kebermanfaatan hewan sebagai salah satu bantuan akan menjadi sangat berarti untuk kesejahteraan manusia. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan peran hewan terhadap manusia dapat



mengkaitkan dengan variabel lain agar penelitian mengenai hewan dan manusia dapat lebih banyak sehingga dapat berfungsi secara nyata untuk kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Noor, J. 2012. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design : quantitative, qualitative and mixed method*. London: SAGE Publication.
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). *Happy people live longer : subjective well-being contributes to health & longevity*. *Applied Psychology : Health & Well-Being* 3 (1), 1-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). *The satisfaction with life scale*. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E. (1984). *Subjective Well-Being*. *Psychological Bulletin* Vol. 95 No. 3, 542-575.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). *Subjective well-being : the science of happiness and life satisfaction*. 63-73.
- Azanpa, A., Kahraman, K. & Hamur, T. (2019). *The Relationship Between Human-Animal Attachment and Psychological Well-Being*. Skripsi, Fakultas Pendidikan Universitas Boğaziçi, Turki.
- Santrock, J. W. (2010). *Life-span development 13th ed*. New York: McGraw-Hill.
- Hurlock, E.B. (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga.
- Kholifatus, Amiruddin. 2020. "Pentingnya Psychological Well Being Di Masa Pandemi Covid-19 ". Banerjee D. (2020). *The COVID-19 outbreak: Crucial role the psychiatrists can play*. *Asian J Psychiatr*. Vol. 08, No.02 Desember 2020. Sumenep : 2Institut Kariman Wirayudha (INKADHA) Sumenep.
- Dilanti, Stephani. 2021. "Hubungan Pet Attachment dengan Psychological Well-Being pada Pemelihara Kucing Kota Bandung". *Prosiding Psikologi*. Vol. 07, No.01 Maret 2021. Bandung : Universitas Islam Bandung.