



## Hubungan Antara Pet Attachment Dengan Psychological Well Being Pada pemilik Hewan Peliharaan

Gretha Paduli<sup>1</sup>, Chelshea Sumoked<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Dosen Fakultas Psikologi Universitas Kristen Indonesia Tomohon

Received: 3 Februari 2025  
Revised: 14 Februari 2025  
Accepted: 28 Februari 2025

### Abstract

*This study aims to examine the relationship between Pet Attachment and Psychological Well-Being in pet owners. Attachment to pets is considered to have a positive impact on the mental health of their owners. This study uses a quantitative method with an instrument in the form of a questionnaire distributed to a number of pet owner respondents. The results of the data analysis show that there is a significant and positive relationship between Pet Attachment and Psychological Well-Being, with a correlation coefficient of 0.805. This indicates that the stronger the owner's attachment to their pet, the higher the psychological well-being felt by the owner. This study suggests that further studies be conducted by including moderator variables such as gender, age, length of pet ownership, and social support from family and friends. In addition, further research can use more diverse methods, such as longitudinal studies and in-depth interviews, to gain a more comprehensive understanding of the long-term impact of Pet Attachment on psychological well-being. This study also has theoretical implications that enrich the literature related to human-animal interactions and their contribution to mental health. Limitations of the study include the use of limited variables and the short study time, which need to be considered in future studies.*

**Keywords:** *Pet Attachment, Psychological Well-Being, psychological well-being, pet attachment.*

(\*) Corresponding Author: [gretha.paduli@yahoo.com](mailto:gretha.paduli@yahoo.com), [chelseavsumoked@gmail.com](mailto:chelseavsumoked@gmail.com)

**How to Cite:** Paduli, G., & Sumoked, C. (2025). Hubungan Antara Pet Attachment Dengan Psychological Well Being Pada pemilik Hewan Peliharaan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(2.D), 320-325. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11659>

## PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan yang sempurna memiliki kemampuan untuk mengalami perubahan dan perkembangan, baik fisik maupun psikis. Selain kebutuhan pokok, manusia juga memerlukan hubungan sosial untuk mencapai kesejahteraan hidup yang optimal. Ketika individu mampu memenuhi kebutuhan hidupnya dan mengendalikan berbagai aspek dalam hidupnya, ia dapat mencapai psychological well-being atau kesejahteraan psikologis (Tyrestafani & Soetjiningsih, 2022).

Psychological well-being menggambarkan keadaan di mana individu merasa bahagia dan puas melalui pengalaman hidupnya. Sebaliknya, individu dengan psychological well-being yang rendah cenderung memiliki penerimaan diri yang buruk, merasa kecewa dengan diri sendiri, tidak puas dengan pengalaman masalah, dan merasa tidak yakin akan arah hidupnya. Kondisi ini dapat memperparah tingkat stres yang dialami dalam kehidupan sehari-hari (Diener et al., 2002).

Salah satu cara untuk meningkatkan psychological well-being adalah dengan memiliki hewan peliharaan. Herzog (2011) menyatakan bahwa hubungan manusia dengan spesies lain, seperti hewan peliharaan, dapat menghadirkan

kegembiraan yang berpotensi meningkatkan kesejahteraan psikologis. Kucing adalah salah satu hewan peliharaan yang paling populer, terutama di Indonesia, yang memiliki 47% cat owners menurut survei Rakuten Insight tahun 2018 (Maria, 2021).

Hubungan antara manusia dan kucing sering kali mengarah pada terbentuknya ikatan emosional atau yang dikenal dengan pet attachment. Menurut Johnson et al. (1989), pet attachment adalah ikatan emosional yang terbentuk antara pemilik dan hewan peliharaannya, dan semakin kuat ikatan ini, semakin besar pengaruh positifnya terhadap kesejahteraan psikologis pemilik (Kanat-Maymon et al., 2016; McConnell et al., 2011).

Namun, memelihara kucing juga bisa menimbulkan stres. Tanggung jawab untuk merawat kesehatan dan kesejahteraan hewan peliharaan dapat menjadi beban emosional bagi pemilik, terutama jika mereka merasa kewalahan. Stres ini dapat berdampak negatif pada psychological well-being mereka. Meski begitu, banyak penelitian menunjukkan bahwa kehadiran hewan peliharaan cenderung membantu mengurangi stres, kecemasan, dan depresi, serta meningkatkan relaksasi dan kepuasan hidup (Greenglass & Fiksenbaum, 2009). Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pet attachment dengan psychological well-being pada pemilik kucing.

## **METODE**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode Kuantitatif. Teknik pengambilan sampel secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pokok permasalahan yang diteliti adalah hubungan antara pet attachment dengan psychological well-being pada pemilik kucing, yang ditunjukkan dalam dua variabel penelitian, yaitu (1) pet attachment dan (2) psychological well-being, dimana pet attachment merupakan variabel bebas (Independent Variable) sedangkan psychological well-being merupakan Variabel terikat (Dependent Variable).

## **HASIL PENELITIAN**

### **Uji Validitas:**

Validitas variabel diuji menggunakan metode Corrected Item-Total Correlation yang dibandingkan dengan nilai tabel korelasi product moment pada tingkat kepercayaan 95%. Pada variabel Pet Attachment, nilai kritik R sebesar 0,202, menunjukkan semua butir dinyatakan valid. Hasil serupa terjadi pada variabel Psychological Well-Being, dengan nilai kritik R yang juga 0,202, sehingga semua butir dinyatakan valid.

### **Uji Reliabilitas:**

Pengujian reliabilitas untuk variabel Pet Attachment dan Psychological Well-Being menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,964. Nilai ini menunjukkan bahwa kedua variabel dinyatakan reliabel.

### **Pengujian Hipotesa**

Hipotesa yang diajukan adalah adanya hubungan antara Pet Attachment dan Psychological Well-Being. Uji korelasi Pearson menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,805, yang menunjukkan korelasi positif yang kuat antara kedua variabel. Nilai p (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000, di bawah 0,01, menunjukkan korelasi signifikan secara statistik pada tingkat kepercayaan 1%.

Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi positif dan signifikan antara Pet Attachment dengan Psychological Well-Being. Individu yang memiliki tingkat keterikatan tinggi pada hewan peliharaan cenderung melaporkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

### **PEMBAHASAN**

Hasil analisis mendukung hipotesa bahwa semakin tinggi Pet Attachment, semakin baik Psychological Well-Being seseorang. Penelitian ini selaras dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa kepemilikan hewan peliharaan dapat meningkatkan kesejahteraan mental, memberikan dukungan sosial, serta mengurangi kesepian, depresi, dan kecemasan pada kelompok tertentu. Namun, efek ini bervariasi berdasarkan faktor-faktor seperti kepribadian dan tingkat keparahan masalah kesehatan mental.

Penelitian dari Bures et al. (2023) menggunakan Skala Keterikatan terhadap Hewan Peliharaan Lexington (LAPS) dan menemukan bahwa keterikatan emosional yang kuat terhadap hewan peliharaan berdampak positif pada kesejahteraan psikologis pemilik. Penelitian oleh Rizka Wahidah et al. (2022) dan Christiana Hari Soetjningsih (2022) juga menunjukkan hubungan positif antara keterikatan pada hewan peliharaan dengan kesejahteraan psikologis.

Penelitian ini mendukung beberapa teori psikologi:

1. Teori Keterikatan (Attachment Theory): Hubungan emosional dengan hewan peliharaan memberikan rasa aman dan dukungan emosional mirip dengan hubungan antar manusia.
2. Teori Dukungan Sosial (Social Support Theory): Hewan peliharaan berfungsi sebagai sumber dukungan sosial yang signifikan, mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan individu.
3. Model Biofilia (Biophilia Hypothesis): Interaksi dengan hewan peliharaan memfasilitasi hubungan manusia dengan alam dan makhluk hidup, yang meningkatkan kesejahteraan psikologis.
4. Teori Regulasi Emosi (Emotion Regulation Theory): Hewan peliharaan membantu individu dalam mengelola emosi, mengurangi stres, dan meningkatkan kesejahteraan emosional.

Kesimpulannya, hubungan antara keterikatan dengan hewan peliharaan dan kesejahteraan psikologis bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kepribadian pemilik dan hewan peliharaan itu sendiri. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa hewan peliharaan memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan mental dan emosional manusia.

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwahubungan antara Pet Attachment dengan Psychological Well-Being bersifat positif. Besarnya hubungan antara Pet Attachment dengan Psychological Well-Being adalah 0,805.

## **Saran**

Saran yang dapat dikemukakan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagi Peneliti:

1. Analisis Mendalam: Perlu dilakukan analisis yang lebih mendalam untuk memahami mekanisme yang mendasari hubungan positif tersebut. Misalnya, faktor seperti jenis kelamin pemilik, usia, atau lama kepemilikan hewan peliharaan mungkin berperan dalam memperkuat hubungan ini.
2. Variabel Moderator: Pertimbangkan untuk memasukkan variabel moderator yang mungkin memengaruhi hubungan ini, seperti dukungan sosial dari keluarga atau teman, yang mungkin jugamemengaruhipeningkatan kesejahteraan psikologis.
3. Pengembangan Intervensi: Berdasarkan temuan positif ini, kembangkan intervensi yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui peningkatan kualitas hubungan antara pemilik dan hewan peliharaan.

Bagi Peneliti Selanjutnya:

1. Studi Longitudinal: Lakukan studi longitudinal untuk melihat perubahan dalam Pet Attachment dan kesejahteraan psikologis dari waktu ke waktu, sehingga memberikan wawasan tentang efek jangka panjang dari memilikihewan peliharaan.
2. Ekspansi Populasi Studi: Perluasan populasi penelitian dengan mencakup beragam kelompok demografis untuk memastikan bahwa temuan ini dapat digeneralisasikan ke berbagai latarbelakang budaya dan sosial.
3. Penggunaan Metode Beragam: Manfaatkan metode penelitian yang beragam, seperti wawancara mendalam atau studi kasus, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan ini.
4. Eksplorasi Jenis Hewan Lain: Selain kucing, eksplorasi jugabagaimana Pet Attachment terhadap jenis hewan lain, seperti anjing atau hewan peliharaan eksotis, memengaruhi kesejahteraan psikologis.

Dengan memperhatikan saran-saran ini, diharapkan penelitian ke depan dapat memberikan pemahaman yang lebih kaya dan lebih kontekstual tentang hubungan antara keterikatan dengan hewan peliharaan dan kesejahteraan psikologis.

Implikasi Hasil Penelitian

1. Implikasi Teoritis:

Implikasi teoritis penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan dengan hewan peliharaan memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini memperluas teori psikologi yang ada dan menawarkan pandangan baru tentangbagaimana interaksi manusia-hewan dapat memengaruhikesehatan mental.

2. Keterbatasan Penelitian:

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain:

- Keterbatasan Peneliti: Peneliti menghadapi keterbatasan dalam kemampuan serta referensi yang digunakan dalam mengembangkan indikator variabel dan konstruk dari kuesioner yang digunakan.
- Keterbatasan Variabel: Penelitian hanya menggunakan satu variabel bebas dari berbagai kemungkinan variabel yang mungkin berhubungan.
- Keterbatasan Waktu: Penelitian dilakukan dalam jangka waktu yang pendek, sehingga tidak dapat mengembangkan mengidentifikasi indikator serta variabel lain yang mungkin relevan

**DAFTAR PUSTAKA**

- Chen, H. S., Chen, C. Y., Chen, H. K., & Hsieh, T. (2012). A Study of Relationship among Green Consumption Attitude, Perceived Risk, Perceived Value toward Hydrogen- Electric Motorcycle Purchase Intention, 2, 163– 168.
- Diener, E., Lucas, R.E. & Oishi, S. (2002). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In C. R. Snyder and S.J. Lopez (Eds), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 63-73). Oxford: Oxford University Press.
- Dodd J Karen, 2010. *Physiotherapy and Accupation Therapy for People with Cerebral Palsy*, First Edition, London : Mac Keith Press
- Emmons RA, McCullough ME. Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *J Pers Soc Psychol* 2003;84:377–89
- Fitriana, A. (2014). Perilaku Ibu Rumah Tangga Dalam Pengelolaan Sampah. Fitriana Ayu, 2017(July), 1–67. <https://doi.org/10.1049/oap-cired.2017.1227>
- Garrity, G. M., J.A. Bell, and T.G. Lilburn. 2004. Taxonomic Outline of the Prokaryotes. in *Berge's Manual of Systematic Bacteriology*. Springer. New York.
- Ghozali, Imam. 2005. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan SPSS*. Semarang: Badan Penerbit UNDIP
- Greenglass, E.R. & L. Fiksenbaum. 2009. Proactive Coping, Positive Affect, and Well-Being. *European Psychologist*. Vol. 14(1):29–39. Toronto: Hogrefe & Huber Publishers
- Herzog, H. (2011). The Impact of Pets on Human Health and Psychological WellBeing. *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 236–239. doi: 10.1177/0963721411415220
- Indriani, E., & Ervanda, R. (2021). Hubungan Antara Pet Attachment dengan Psychological Well- Being Pada Pencinta Hewan Peliharaan Di Bogor. *Intensi: Jurnal Psikologi*, 1(1), 10– 15. <https://doi.org/10.31479/intensi.v1i1.2>
- Johnson, D.W. and Johnson, R.T. (1989), *Joining Together: Group Theory and Research*, Interaction Book Company, Edina, MN.
- Kerlinger, F. N. (2003). *Asas-asas penelitian behavioral*. Cetakan Ke Sembilan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Kuncoro, Mudrajad. 2003. *Metode Riset untuk Bisnis dan Ekonomi*. Jakarta : Erlangga

- Lesmana, W & Meita,S. (2013). Hubungan Antara Harga Diri dan Tingkat Stres Dengan Psychological Well Being Pada Remaja di PantiAsuhan Muhammadiyah Wiyung dan Karangpilang Surabaya. Vol 2 (2); 56-63
- Maria, I. 2021. Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus dan Asuhan Keperawatan Stroke. Yogyakarta: Deepublish.
- McConnell. 2011. Economics: Principles, Problems, and Policies 19th Edition. New York: McGraw-Hill Education.
- McCrae, R. R. (2011). Personality Theories for the 21st Century. *Teaching of Psychology*, 38(3), 209-214. doi: 10.1177/0098628311411785
- McNicholas, J. and Collis, G.M. (2000) Dogs as Catalysts for Social Interactions: Robustness of the Effect. *British Journal of Social Psychology*, 91, 61-70.
- Nigel P. Field, et al. 2009. Role of Attachment in Response to Pet Loss. Pacific Graduate School of Psychology, Redwood city. California USA
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. May 2014, 140– 166