

HUBUNGAN *PET ATTACHMENT* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA INDIVIDU FASE *EMERGING ADULthood* PEMILIK KUCING



SKRIPSI

**ZEBINA NOQIOVA
22011414**

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

HUBUNGAN *PET ATTACHMENT* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA INDIVIDU FASE *EMERGING ADULthood* PEMILIK KUCING



SKRIPSI

**ZEBINA NOQIOVA
22011414**

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Zebina Noqiova
NIM : 22011414
Departemen : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan *Pet Attachment* dengan *Subjective Well-Being* pada Individu Fase *Emerging Adulthood* Pemilik Kucing

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari terungkap bahwa penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiasi karya orang lain, maka saya bersedia bertanggung jawab dan menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya tulis dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Bukittinggi, 11 Mei 2026

Yang menyatakan,



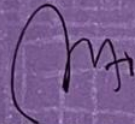
Zebina Noqiova
22011414

PERSETUJUAN SKRIPSI

*"Hubungan Pet Attachment dengan Subjective Well-Being pada Individu Fase
Emerging Adulthood Pemilik Kucing"*

Nama : Zebina Noqiova
NIM : 22011414
Departemen : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Mengetahui,
Kepala Departemen Psikologi



Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 197703242006041001

Bukittinggi, 11 Mei 2026
Disetujui oleh Pembimbing



Yolivia Irna Aviani, M.Psi., Psikolog
NIP. 197903262008012007

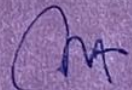
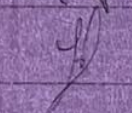
PENGESAHAN TIM VALIDATOR

Dinyatakan Lulus Setelah Menerbitkan Naskah Artikel ilmiah pada Jurnal Ilmiah
Terakreditasi Bereputasi dan Divalidasi sesuai Ketentuan Peraturan Rektor
Nomor 05 Tahun 2024 tentang Pelaksanaan Tugas Akhir Mahasiswa Universitas
Negeri Padang

Judul : Hubungan *Pet Attachment* dengan *Subjective Well-Being* pada Individu Fase *Emerging Adulthood* Pemilik Kucing
Judul artikel Ilmiah : Hubungan *Pet Attachment* dengan *Subjective Well-Being* pada Individu Fase *Emerging Adulthood* Pemilik Kucing
Nama : Zebina Nofrova
NIM : 22011414
Departemen/Prodi : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Bukittinggi, 11 Mei 2026

Tim Validator

No.	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si NIP. 197703242006041001	Kepala Departemen	
2.	Mario Pratama, S.Psi., M.A. NIP. 198802242818011001	Kepala Laboratorium	
3.	Yolivia Irna Aviani, M.Psi., Psikolog NIP. 197903262008012007	Pembimbing	

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari awal saya menginjakkan kaki di kampus ini selama masa pembelajaran dan telah sampai kepada saat sekarang ini yakni penyusunan skripsi, sangatlah sulit untuk saya melakukannya seorang diri. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kepada Ibu Yolivia Irna Aviani, S.psi., M.Psi., Psikolog, saya mengucapkan terima kasih kepada Ibu sebagai dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, kesabaran, serta dukungan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Segala ilmu dan motivasi yang diberikan sangat berarti bagi saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
2. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang, Bapak Dr. Suryanef, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan, dan Bapak Mardianto, S.Ag., M.Si selaku Kepala Departemen Psikologi yang telah memberikan dukungan penuh dan fasilitasi optimal selama seluruh rangkaian kegiatan akademik di Universitas Negeri Padang.

3. Ibu Gumi Langerya Rizal, M.Psi, Ph.D., Psikolog dan Ibu Rahmah Rezki Elvika, S.Pd.I., M.Si Sselaku dosen penguji yang telah memberikan masukan berharga, saran, serta arahan mendalam kepada penulis sepanjang proses penyusunan skripsi ini.
4. Kepada Nenek tercinta, Ibu Mona Elza, penulis mengucapkan terima kasih atas kasih sayang, doa, dukungan, dan pengorbanan yang telah diberikan. Tanpa perjuangan beliau, pencapaian ini tidak akan terwujud. Semoga Allah SWT memberikan surga tanpa hisab atas segala kebaikan yang telah beliau berikan kepada penulis.
5. Kepada Ayah dan Bunda, Bapak Reki Novendra dan Ibu Marini, penulis mengucapkan terima kasih atas doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan yang telah diberikan. Penulis meyakini bahwa setiap langkah kehidupan selalu diiringi oleh doa dan harapan terbaik dari Ayah dan Bunda. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan menempatkan keduanya di surga-Nya kelak.
6. Kepada adik tersayang, Awie Noqiova, terima kasih atas doa, dukungan, dan semangat yang selalu diberikan. Kehadiranmu menjadi salah satu alasan penulis untuk terus berjuang hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Kepada Unbiological Sister, Dea Kartika Aisya, terima kasih atas dukungan, semangat, dan kebersamaan yang telah diberikan sejak masa SMA. Meskipun terpisah oleh jarak dan kesibukan, kehadiranmu tetap memiliki tempat yang istimewa di hati penulis. Semoga setiap langkahmu selalu diiringi kebahagiaan dan kebaikan.

8. Kepada SCDM, yaitu Devly Amanda Putri, Fitri Andini, Hanifah Salma Putri, dan Silvi Tri Wulandari, terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita dan saling menguatkan. Kebersamaan kalian menjadi sumber kekuatan bagi penulis selama menjalani kehidupan di perantauan. Semoga kita semua meraih kebahagiaan dan kesuksesan.
9. Kepada Perwirawr, yaitu Fidia Nusya Putri, Ketut Lativa Chairunnisa, Ruri Fadhila Ihsan, Sabrina Nur Fauziyah HD, Silvi Tri Wulandari, dan Viola Alya Zahra S., terima kasih telah menjadi keluarga kedua bagi penulis. Kebersamaan dan dukungan kalian akan selalu menjadi kenangan yang berharga. Semoga persahabatan ini tetap terjaga.
10. Kepada teman-teman Kelas E yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas kebersamaan dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan. Semoga kalian semua meraih kesuksesan dan kebahagiaan di masa depan.
11. Kepada Muhammad Irfan, Ahmad Syahdela, Aminul Yakin, Annisa Putri Wulandari, Arif Ridha, Gina Sonia, Iqbal Rahman, dan Taqiya Mafaza Jannati, terima kasih atas kebersamaan dan kenangan yang telah tercipta. Kehadiran kalian membuat perjalanan penulis terasa lebih bermakna. Semoga kesuksesan selalu menyertai langkah kalian.
12. Kepada kucing-kucing kesayangan penulis, terima kasih telah menjadi sumber kebahagiaan, inspirasi, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran kalian selalu menghadirkan senyum dan ketenangan bagi penulis.

ABSTRAK

Zebina Noqiova. 2026. Program Studi Psikologi. Hubungan *Pet attachment* dengan *Subjective well-being* pada Individu Fase *Emerging adulthood* Pemilik Kucing.

Penelitian ini mengeksplorasi pengaruh keterikatan emosional pada hewan peliharaan (*pet attachment*) terhadap kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) pada individu di fase *emerging adulthood*. Masa dewasa awal ini sering kali dipenuhi dengan tekanan psikologis terkait pencarian identitas dan tanggung jawab baru yang dapat memengaruhi kepuasan hidup serta stabilitas emosi. Menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, studi ini melibatkan 120 pemilik kucing di Bukittinggi (usia 18–25 tahun) yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan instrumen SWLS, PANAS, dan skala keterikatan Johnson dkk. (1992), yang semuanya terbukti reliabel. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *pet attachment* dengan kepuasan hidup dan afek positif, serta hubungan negatif dengan afek negatif. Hal ini menegaskan bahwa ikatan emosional yang kuat dengan kucing peliharaan berfungsi sebagai pendukung emosional yang efektif dalam meningkatkan kesehatan mental pemuda.

Kata Kunci: *pet attachment*, *subjective well-being*, *emerging adulthood*, pemilik kucing, kesejahteraan psikologis.

ABSTRACT

This study explores the influence of emotional attachment to pets (pet attachment) on subjective well-being among individuals in the emerging adulthood stage. This period of early adulthood is often characterized by psychological pressures related to identity exploration and new responsibilities, which can impact life satisfaction and emotional stability. Employing a quantitative correlational approach, the study involved 120 cat owners in Bukittinggi (aged 18–25) selected through purposive sampling. Data were collected using the SWLS, PANAS, and the attachment scale by Johnson et al. (1992), all of which proved reliable. Spearman's correlation analysis revealed a significant positive relationship between pet attachment and both life satisfaction and positive affect, as well as a negative correlation with negative affect. These findings confirm that a strong emotional bond with a pet cat serves as an effective emotional support system in enhancing the mental health of young adults.

Keywords: *pet attachment, subjective well-being, emerging adulthood, cat owners, psychological well-being.*

DAFTAR ISI

LEMBAR ORISINAL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian	9
F. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. <i>Subjective well-being</i>	12
B. <i>Pet attachment</i>	19
C. Hubungan <i>Pet attachment</i> dengan <i>Subjective well-being</i>	28
D. <i>Emerging adulthood</i>	30
F. Kerangka Berpikir	33
G. Hipotesis Penelitian	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian	35
C. Populasi Penelitian.....	37
D. Sampel Penelitian	37
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	39

F. Teknik Pengumpulan Data	39
G. Prosedur Penelitian	45
H. Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	48
B. Pelaksanaan Penelitian.....	49
C. Hasil Penelitian	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blueprint <i>Pet attachment</i>	40
Tabel 2. Blueprint <i>Subjective well-being</i>	42
Tabel 3. Koefisien Standar Reliabilitas (Arikunto, 2016).....	43
Tabel 4. Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
Tabel 5. Data Rerata Hipotetik dan Empirik.....	49
Tabel 6. Perhitungan Kategorisasi	50
Tabel 7. Kategorisasi <i>Subjectif Well-being</i>	51
Tabel 8. Kategorisasi <i>Pet attachment</i>	52
Tabel 9. Uji Normalitas.....	52
Tabel 10. Uji Korelasi Spearman' rho	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Uji Coba Skala	74
Lampiran 2. Data Uji Coba Skala <i>Pet attachment</i>	79
Lampiran 3. Data Uji Coba Skala Swls	80
Lampiran 4. Data Uji Coba Skala PANAS	82
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Pet attachment</i>	83
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala SWLS	84
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala PANASValiditas Skala PANAS	84
Lampiran 8. Instrumen Penelitian	85
Lampiran 9. Data Penelitian Skala <i>Pet attachment</i>	90
Lampiran 10. Data Swls	92
Lampiran 11. Lampiran Data PANAS	94
Lampiran 12. Uji Normalitas	96
Lampiran 13. Uji Hipotesis	96
Lampiran 14. Izin Penggunaan Skala SWLS dan PANAS	97

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa *emerging adulthood* merupakan tahapan perkembangan yang dialami individu pada rentang usia 18 sampai 25 tahun (Arnett, 2015). Di era modern, individu berada dalam proses menuju kemandirian, mulai membuat keputusan sendiri, serta berupaya menentukan arah hidupnya. Fase ini juga ditandai dengan berbagai hal yang tidak pasti karena individu sedang bertransisi dari masa remaja mencapai kedewasaan. Banyak individu pada tahap ini mengalami kebingungan mengenai identitas diri, masa depan, serta tuntutan sosial yang saat ini sudah semakin kompleks. Transisi tersebut akan banyak menimbulkan tekanan psikologis karena adanya tuntutan untuk mandiri, sementara individu tidak cukup matang untuk mengemban kewajiban sebagai orang dewasa. (Arnett, 2012).

Menurut Santrock (2019), fase *emerging adulthood* muncul sebagai dampak karena adanya perubahan tren sosial dalam masyarakat. Pada generasi sebelumnya, individu yang memasuki usia pertengahan 20-an umumnya telah menyelesaikan pendidikan, memiliki pekerjaan tetap, serta membangun rumah tangga. Namun pada saat ini, banyak individu membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mencapai berbagai pencapaian tersebut. Bahkan, sebagian individu baru mencapainya pada akhir usia 20 tahun sampai awal 30 tahun (Vespa, 2017). Salah satu penyebabnya dapat dilihat dalam penelitian dari Smith dkk. (2017) yang mengkaji perkembangan dari tahun 1982 hingga 2012. Studi tersebut menunjukkan

bahwa baik laki-laki maupun perempuan lulusan sarjana semakin merasa takut untuk memasuki fase kedewasaan dan cenderung menunda tanggung jawab dewasa dibandingkan generasi sebelumnya.

Masa *emerging adulthood* juga tidak terlepas dari berbagai tantangan psikologis. Dalam beberapa tahun terakhir, isu mengenai kesehatan mental pada kelompok usia ini semakin banyak dibahas. Individu pada fase ini diketahui mengalami tingkat tekanan psikologis yang relatif tinggi (Matud et al., 2020; Vizard et al., 2020). Berbagai tuntutan seperti pencarian identitas diri, penyesuaian dengan lingkungan sosial baru, tuntutan akademik maupun pekerjaan, serta upaya menemukan arah hidup yang lebih mandiri dapat menimbulkan tekanan yang berdampak pada kondisi psikologis individu.

Dalam ranah psikologi positif, fenomena ini erat kaitannya dengan *subjective well-being* (SWB). Menurut Diener dkk. (2015), SWB merupakan bentuk penilaian personal individu atas hidupnya yang terdiri dari dimensi kognitif dan afektif. Dimensi kognitif melibatkan penilaian terhadap kepuasan hidup secara global maupun pada ranah spesifik seperti karier, relasi sosial, dan kesehatan. Sementara itu, dimensi afektif berkaitan dengan intensitas pengalaman emosional, baik itu emosi menyenangkan (afek positif) maupun emosi yang tidak menyenangkan (afek negatif). Seseorang dikategorikan memiliki SWB tinggi apabila ia merasa puas dengan hidupnya dan lebih dominan merasakan emosi positif. Meski begitu, tingkat kepuasan ini bersifat dinamis; Luhmann (2017) menemukan tren penurunan kepuasan hidup pada kelompok dewasa muda di AS,

yang diperkuat oleh argumen Robinson (2018) mengenai krisis di masa dewasa muda yang berpotensi mengganggu kesejahteraan psikologis dalam jangka panjang.

Subjective well-being adalah domain penting dalam kehidupan individu. Diener et al. (2015) dalam studinya mengatakan bahwa orang-orang dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi cenderung menunjukkan berbagai aspek positif dalam hidup mereka, termasuk kesuksesan profesional, hubungan sosial yang lebih stabil, kesehatan yang optimal, serta strategi yang lebih tangguh dalam mengatasi stres. Sebaliknya, orang-orang dengan tingkat kesejahteraan subjektif yang rendah lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental dan mengalami kesulitan yang lebih besar dalam mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari.

Pentingnya kesejahteraan subjektif pada fase *emerging adulthood* berkaitan dengan karakteristik fase tersebut yang dipenuhi dengan eksplorasi dan pengambilan keputusan penting dalam kehidupan. Orang-orang pada tahap ini dihadapkan pada kebutuhan untuk mengembangkan identitas pribadi, memulai karier, dan menjalin ikatan sosial yang lebih matang (Arnett, 2015). Namun, dalam praktiknya, tidak semua orang mampu melewati tahap ini dengan lancar. Fenomena rendahnya kesejahteraan subjektif pada individu usia *emerging adulthood* dapat terlihat dari berbagai peristiwa yang dipicu oleh tekanan psikologis, seperti kebingungan identitas, ketidakpastian masa depan, dan meningkatnya stres perkembangan (Diener et al., 2015).

Salah satu contohnya adalah kasus pembunuhan bayi di Bukittinggi yang dilakukan oleh seorang perempuan berusia 21 tahun yang masih berada pada fase *emerging adulthood*. Dalam kasus tersebut, bayi ditemukan dalam kondisi

termutilasi dan dibuang di kawasan Ngarai Sianok, sementara pelaku diketahui melakukan tindakan tersebut seorang diri dan tidak memiliki kejelasan mengenai identitas ayah dari bayi tersebut (Kumparan, 2025). Kasus tersebut menunjukkan adanya kemungkinan tekanan emosional, kurangnya dukungan sosial, serta ketidakmampuan dalam mengelola emosi pada individu yang berada pada fase *emerging adulthood*, yang dapat dikaitkan dengan rendahnya kesejahteraan subjektif.

Untuk memperkuat fenomena tersebut, peneliti juga melakukan wawancara awal terhadap sepuluh responden yang berada pada usia *emerging adulthood*. Hasil wawancara menunjukkan adanya beberapa indikasi rendahnya kesejahteraan subjektif. Sebagian responden menunjukkan penilaian diri yang cenderung negatif, seperti merasa memiliki banyak kekurangan dan tidak mengetahui kelebihan yang dimiliki. Sejalan dengan hal itu, beberapa responden pada survey awal ini juga menyatakan masih kebingungan untuk menentukan golasn dan tujuan hidup, serta merasa kesulitan dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian individu pada fase *emerging adulthood* masih mengalami kerentanan dalam aspek subjective wellbeing.

Upaya meningkatkan kesejahteraan subjektif tidak terlepas dari berbagai faktor yang mempengaruhinya. Diener et al (2005) menyebutkan beberapa faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan subjektif, di antaranya genetik, kepribadian, demografis, budaya, kognitif, tujuan hidup, makna hidup. Serta dukungan sosial ditandai dengan adanya relasi sosial yang positif dan keintiman emosional antara individu dengan orang lain.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor kunci yang dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif. Cohen dan Wills (1985) berpendapat bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung terhadap stress (*stress-buffering effect*) serta mampu meningkatkan kesejahteraan mental individu. Dukungan sosial sendiri didefinisikan sebagai kondisi ketika individu merasa diperhatikan, dihargai, serta memperoleh bantuan atau saran yang bermanfaat dari orang lain (Prihartini et al., 2023). Akan tetapi, di era modern yang penuh dinamika, tidak setiap orang memperoleh dukungan sosial yang kokoh. Banyak individu justru mengalami perasaan kesepian meskipun memiliki banyak koneksi sosial, termasuk melalui media sosial.

Menariknya, dukungan sosial tidak selalu berasal dari manusia. Allen (2003) menyatakan bahwa hewan peliharaan juga dapat membawa dampak psikologis pada pemiliknya. Hewan dipandang sebagai sahabat yang menyediakan ketenangan emosional tanpa memberikan penilaian negatif. Di Indonesia, memelihara hewan peliharaan, terutama kucing sudah semakin populer. Menurut survei yang dilakukan oleh Rakuten Insight Center, sebagaimana dikutip oleh Ridwan (2023) melalui goodstats.id, 67% dari 10.442 responden memiliki hewan peliharaan, dengan kucing menjadi yang paling populer di seluruh negeri.

Bagi sebagian orang, kucing bukan sekadar hewan peliharaan, melainkan teman yang memberi mereka ketenangan dan kebahagiaan. Penelitian Juliadilla & (2018) mengatakan bahwa hewan peliharaan dapat menjadi sumber kegembiraan dan menghadirkan senyum dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan adanya perubahan makna dalam hubungan manusia dengan hewan peliharaan, di

mana hewan peliharaan dapat menjadi bagian dari sistem dukungan sosial alternatif. Dalam pra-survei yang dilakukan terhadap tujuh orang pemilik kucing di Bukittinggi, empat responden menyatakan bahwa mereka merasa cemas ketika kucing mereka sakit atau hilang, serta merasa senang ketika kucing mereka sehat dan aktif. Mereka juga terbiasa memberikan perhatian lebih kepada kucing peliharaan mereka melalui pemberian makanan, mainan, maupun interaksi langsung seperti mengelus dan bermain bersama. Situasi ini mencerminkan ikatan batin yang erat antara manusia dan hewan peliharaan, yang disebut sebagai *pet attachment*. *Pet attachment* telah didefinisikan oleh Johson et al., (1992) sebagai klekatan emosional yang bersifat timbal balik yang mencakup kasih sayang, perhatian khusus, dan rasa memiliki terhadap hewan peliharaan tersebut.

Memiliki hewan peliharaan sering kali menjadi pendukung emosional yang krusial bagi individu. Menurut Greenglass dan Fiksenbaum (2009), interaksi dengan hewan kesayangan efektif dalam meminimalisir tekanan stres, kecemasan, serta gejala depresi, yang pada gilirannya memperkuat rasa damai dan kepuasan hidup. Hal ini sejalan dengan temuan McConnell dkk. (2011) yang mengungkapkan bahwa pemilik hewan peliharaan umumnya menikmati tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih optimal. Mereka cenderung memiliki harga diri yang lebih kuat serta risiko yang lebih rendah terhadap kesepian dan depresi jika dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki hewan peliharaan.

Sejumlah literatur secara konsisten menunjukkan adanya kaitan positif antara *pet attachment* dengan *subjective well-being*. As'ari (2021) mengungkapkan bahwa kedekatan individu dengan hewan peliharaan berbanding lurus dengan

tingkat kesejahteraan subjektif mereka. Senada dengan hal tersebut, Woo dan Kim (2023) menekankan bahwa stabilitas ikatan antara pemilik dan hewan peliharaan menjadi faktor penguat bagi kesejahteraan psikologis. Temuan terbaru dari Gu Leyi (2024) juga menyoroti bagaimana interaksi ini membantu individu lebih menikmati dinamika kehidupan. Secara garis besar, kedekatan emosional terhadap hewan peliharaan berfungsi sebagai bentuk dukungan sosial alternatif yang efektif dalam meredakan tekanan hidup sekaligus mengoptimalkan kebahagiaan personal.

Berdasarkan pemaparan tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* pada pemilik kucing dengan *Subjective well-being* pada individu dalam fase *emerging adulthood*. Studi ini diharapkan berkontribusi dalam memperkaya wawasan tentang fungsi hewan peliharaan sebagai pendukung emosional yang mampu meningkatkan kesejahteraan subjektif individu yang berada pada fase *emerging adulthood*.

B. Identifikasi Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *pet attachmet* dan *Subjective well-being* pada *emerging adulthood* yang memelihara kucing. Berdasarkan latar belakang yang udah di jelaskan sebelumnya, masalah yang di temukan yaitu:

1. Individu yang berada pada fase *emerging adulthood* mengalami tekanan psikologis terkait tuntutan perkembangan yang menyebabkan masalah pada *Subjective well-being* mereka

2. Individu *emerging adulthood* yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan manusia lebih mengandalkan kedekatan dengan hewan peliharaan.
3. Meningkatnya kepemilikan hewan peliharaan (kucing) sebagai fenomena sosial. Saat ini memelihara kucing semakin populer dan tidak lagi hanya untuk fungsi praktis, tetapi menjadi bagian dari kebutuhan emosional pemilik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka telah didapat rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *Pet attachment* pada individu fase *emerging adulthood* yang memelihara kucing?
2. Bagaimana tingkat *Subjective well-being* pada individu fase *emerging adulthood* yang memelihara kucing?
3. Apakah terdapat hubungan antara *Pet attachment* dengan *Subjective well-being* pada individu fase *emerging adulthood* yang memelihara kucing?

D. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara *Pet attachment* dengan *Subjective well-being* pada individu fase *emerging adulthood* yang memelihara kucing.

E. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat memberi kontribusi pada pengembangan ilmu psikologi dengan memperkaya pemahaman mengenai *Pet attachment* sebagai salah satu bentuk kelekatan alternatif yang dapat memberikan stabilitas emosional bagi individu. Temuan penelitian ini juga memperluas kajian mengenai *Subjective well-being* pada masa *emerging adulthood*, sehingga dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang membahas peran hubungan manusia-hewan dalam kesejahteraan psikologis. Selain itu, penelitian ini mendukung integrasi teori *Attachment* dengan konteks interaksi manusia-hewan, serta memperkuat literatur psikologi positif yang menekankan pentingnya hubungan emosional dalam meningkatkan fungsi psikologis individu.

2. Manfaat Praktis

- Bagi Individu Fase *emerging adulthood*: Penelitian ini dapat membantu mereka memahami bahwa kedekatan emosional dengan hewan peliharaan dapat memberikan dukungan psikologis yang berarti, seperti membantu mengurangi stres, kesepian, serta meningkatkan rasa nyaman dan keterhubungan emosional dalam menghadapi tantangan perkembangan.
- Bagi Praktisi Psikologi dan Konselor : Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi praktisi psikologi dalam mengembangkan intervensi berbasis hewan, seperti *animal-assisted therapy* atau kegiatan terapeutik

yang melibatkan hewan peliharaan. Informasi mengenai hubungan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being* juga dapat membantu praktisi memahami bagaimana dukungan emosional dari hewan berkontribusi terhadap proses pemulihan, pengurangan stres, atau peningkatan fungsi psikologis klien.

- Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan Penelitian ini akan memberikan dasar empiris bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan kajian lanjutan terkait *Pet attachment*, kesejahteraan psikologis, maupun interaksi manusia-hewan dalam konteks budaya Indonesia.

F. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Meskipun studi mengenai korelasi antara *pet attachment* dan *subjective well-being* telah banyak dieksplorasi, penelitian ini menawarkan perspektif yang berbeda dari literatur sebelumnya. Sebagai contoh, penelitian As'ari (2021) memang telah mengonfirmasi adanya hubungan positif antara keterikatan pada hewan dengan kesejahteraan subjektif, namun fokusnya masih terbatas pada analisis hubungan langsung antar variabel secara umum. Sebaliknya, kebaruan penelitian ini terletak pada penekanan konteks individu di fase *emerging adulthood*. Peneliti tidak hanya menguji keterkaitan kedua variabel tersebut, tetapi juga mempertimbangkan dinamika perkembangan spesifik yang dialami individu pada usia transisi ini, terutama dalam menghadapi berbagai tuntutan hidup yang kompleks.

Kedua, Penelitian oleh Gu Leyi (2024) menginvestigasi pengaruh *pet attachment* terhadap *subjective well-being* melalui keterlibatan variabel perantara seperti dukungan sosial (mediator) dan rasa kesepian (moderator). Meskipun hasil

studi tersebut memvalidasi pengaruh positif keterikatan hewan terhadap kesejahteraan, cakupan penelitian ini berbeda karena lebih menitikberatkan pada hubungan langsung di antara kedua variabel utama tersebut. Selain itu, kebaruan penelitian ini terletak pada pemilihan subjek yang lebih mengerucut, yakni individu dalam masa *emerging adulthood*. Dengan memfokuskan pada transisi dewasa awal, penelitian ini diharapkan dapat memperdalam pemahaman tentang bagaimana hubungan dengan hewan peliharaan berkontribusi pada kesejahteraan subjektif dalam konteks tugas perkembangan tertentu.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Woo dan Kim (2023) meneliti hubungan *pet attachment* dan *Subjective well-being* dengan menggunakan variable mediator *basic psychological*. Dalam penelitian ini melibatkan 319 pemilik hewan peliharaan dan menemukan bahwa *pet attachment* berkaitan dengan *Subjective well-being* melalui pemenuhan kebutuhan psikologis dasar tersebut.

Sedangkan dengan penelitian Woo dan Kim, perbedaan penelitian ini ada pada fokus variabel dan karakteristik partisipan. Penelitian Woo dan Kim menitikberatkan pada mekanisme psikologis berupa pemenuhan kebutuhan psikologis dasar sebagai mediator, sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada kondisi kesejahteraan subjektif pada individu *emerging adulthood* serta melihat hubungan *pet attachment* sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan *subjective well-being* pada fase perkembangan tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *Pet attachment* dengan *Subjective well-being* pada individu fase *emerging adulthood* pemilik kucing, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat ikatan dengan hewan peliharaan (*pet attachment*) pada individu usia *emerging adulthood* yang memelihara kucing termasuk dalam kategori sedang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki hubungan emosional yang memadai dan stabil. dengan kucing peliharaannya, ditandai dengan adanya perhatian, kasih sayang, serta rasa nyaman dalam interaksi dengan hewan peliharaan, meskipun belum berada pada tingkat yang sangat tinggi.
2. Tingkat *Subjective well-being* pada individu fase *emerging adulthood* pemilik kucing secara umum berada pada kategori sedang baik dalam ranah kepuasan hidup (*life satisfaction*), afek positif, maupun afek negatif. Hal ini mencerminkan keseimbangan emosional yang cukup pada ketiga dimensi tersebut. Kondisi ini menunjukkan bahwa individu cukup mampu merasakan emosi positif dan kepuasan terhadap kehidupannya, walaupun masih mengalami emosi negatif dalam intensitas sedang.
3. Terdapat relasi bermakna antara ikatan hewan peliharaan (*pet attachment*) dengan kesejahteraan subjektif pada individu usia *emerging adulthood*

pemilik kucing. Semakin kuat keterikatan emosional seseorang terhadap peliharaannya, semakin meningkat pula tingkat kesejahteraan subjektifnya. Temuan studi mengungkap bahwa *pet attachment* berkorelasi positif dengan afek positif hingga 26,8% serta kepuasan hidup mencapai 37,6%, sementara berkorelasi negatif dengan afek negatif sebesar 33,5%. Lebih lanjut, relasi antara ikatan hewan peliharaan (*pet attachment*) dan kesejahteraan subjektif secara keseluruhan bersifat positif dengan intensitas sedang, yakni 36,1%. Penemuan ini membuktikan bahwa *pet attachment* berpotensi sebagai bentuk dukungan emosional pengganti yang turut meningkatkan kesejahteraan subjektif individu di tahap *emerging adulthood*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dicapai, sehingga peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi individu fase *emerging adulthood* pemilik kucing Individu diharapkan dapat membangun interaksi yang positif dan konsisten dengan hewan peliharaan, karena keterikatan emosional dengan kucing dapat menjadi salah satu sumber dukungan emosional dalam menjaga kesejahteraan psikologis. Selain itu, individu juga tetap perlu mengembangkan dukungan sosial dari lingkungan sekitar agar *Subjective well-being* dapat tercapai secara lebih optimal.
2. Untuk studi di masa mendatang, peneliti berikutnya direkomendasikan untuk mengekskansi kajian terkait *pet attachment* dan *subjective well-being* dengan mencakup jumlah sampel yang lebih signifikan serta keberagaman

karakteristik responden guna meningkatkan validitas generalisasi hasil. Selain itu, integrasi variabel-variabel tambahan yang memiliki relevansi dengan kesejahteraan subjektif, seperti dukungan sosial, harga diri (self-esteem), kesepian (loneliness), tingkat stres, maupun strategi koping (coping stress), sangat disarankan untuk memperkaya literatur. Penelitian ke depan juga diharapkan dapat mengeksplorasi metodologi alternatif, seperti metode kualitatif atau gabungan (mixed methods), agar dapat menggali fenomena pengalaman emosional antara manusia dan peliharaan secara lebih komprehensif.

3. Bagi pengembangan ilmu psikologi Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi dalam bidang psikologi positif dan psikologi perkembangan, khususnya terkait hubungan antara manusia dan hewan peliharaan serta kontribusinya terhadap kesejahteraan psikologis pada fase *emerging adulthood*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, H. (2019). Evaluasi properti psikometris dan perbandingan model pengukuran konstruk Subjective well-being. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 29–40.
- Albert, A., & Bulcroft, K. (1988). Pets, families, and the life course. *Journal of Marriage and the Family*, 50(2), 543–552.
- Allen, K. (2003). Are pets a healthy pleasure? The influence of pets on blood pressure. *Current Directions in Psychological Science*, 12(6), 236–239.
- Arnett, J. J. (2012). *Adolescence and Emerging adulthood* (5th ed.). Pearson Higher Ed.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- As'ari, H. (2021). Hubungan antara Pet attachment dengan Subjective well-being pada pemilik hewan peliharaan. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 45–56.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi 4). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Bagley, D. K., & Gonsman, V. L. (2005). Pet attachment and personality type. *Anthrozoös*, 18(1), 28–42. <https://doi.org/10.2752/089279305785594253>
- Bao, K. J., & Schreer, G. (2016). Pets and happiness: Examining the association between pet ownership and well-being. *Anthrozoös*, 29(2), 283–296.

- Beck, L. A., & Madresh, E. A. (2008). Romantic partners and four-legged friends: An extension of Attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoös*, 21(1), 43–56.
- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human–animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology*, 3, 234.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1989). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Brooks, H. L., Rushton, K., Lovell, K., Bee, P., Walker, L., Grant, L., & Rogers, A. (2018). The power of support from companion animals for people living with mental health problems: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 18(1), 31.
- Cohen, S. P. (2002). Can pets function as family members? *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 621–638.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, Vol. 95, No. 3. 542-575
- Diener, E. (2012). New Findings and Future Directions of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, Vol. 67, No. 8. 590-597

- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005). Subjective well-being: The Science of Happiness and Life satisfaction. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (2nd ed., pp. 63-73)
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of Subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234–242.
- Diener, Ed., Lucas, Richard. E., & Oishi, Shigero. (2005). Subjective well being: the science of happiness and life satisfaction. Dalam C.R. Snyder & S.J. Lopez (edtr.), *Handbook of positive psychology* (hal 63-73). New York: Oxford University Press.
- Eddington, Neil & Shuman, Ricard. (2005). Subjective well being (happiness). continuing psychology education.
- Feldman, R. S. (2011). *Development across the life span* (6th ed.). Pearson Education.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
- Friedman, H. S., & Schustack, M. W. (2008). *Personality: Classic theories and modern research* (3rd ed.). Pearson Education.
- Garrity, T. F., Stallones, L., Marx, M. B., & Johnson, T. P. (1988). Pet ownership and Attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoös*, 2(1), 35–44. <https://doi.org/10.2752/089279389787058290>

- González-Ramírez, M. T., & Landero-Hernández, R. (2014). Benefits of dog ownership: Comparative study of equivalent samples. *Journal of Veterinary Behavior*, 9(6), 311–315.
- Greenglass, E., & Fiksenbaum, L. (2009). Proactive coping, positive affect, and well-being: Testing for mediation using path analysis. *European Psychologist*, 14(1), 29–39.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13(12), 673–685.
<https://doi.org/10.1037/h0047884>
- Headey, B., Kelley, J., & Wearing, A. (1993). Dimensions of mental health: Life satisfaction, positive affect, anxiety, and depression. *Social Indicators Research*, 29(1), 63–82.
- Herzog, H. (2007). Gender differences in human–animal interactions: A review. *Anthrozoös*, 20(1), 7–21. <https://doi.org/10.2752/089279307780216687>
- John W. Creswell. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. California : Sage Publications.
- Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS). *Anthrozoös*, 5(3), 160–175.
- Joseph, R. P., Keller, C., Adams, M. A., & Ainsworth, B. E. (2019). Dog walking, physical activity, and social interaction: A systematic review. *Public Health*, 171, 81–91. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2019.03.011>
- Juliadilla, R. (2018). Peran pet (hewan peliharaan) pada tingkat stres pegawai purnatugas. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 153–175.

- Karen, R. (2010). *Becoming attached: First relationships and how they shape our capacity to love*. Oxford University Press.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179–196.
- kumparanNEWS. (2025, 25 Oktober). *Polisi tangkap ibu pembuang bayi yang terpotong 3 bagian di Bukittinggi*. Kumparan.
- Luhmann, M. (2017). The development of Subjective well-being. In J. Specht (Ed.), *Personality development across the lifespan* (pp. 197–218). Academic Press.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186–189.
- Matud, M. P., García, M. C., & Fortes, D. (2020). Relevance of gender and social support in self-rated health and life satisfaction in elderly Spanish people. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 1–13.
- McConnell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayton, L. E., & Martin, C. E. (2011). Friends with benefits: On the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1239–1252.
- McNicholas, J. (2000). The role of pets in enhancing human well-being: Physiological effects. *The Veterinary Journal*, 159(1), 17–23.
<https://doi.org/10.1053/tvj.1999.0420>

- Mujamiasih, M. (2013). Subjective well-being (Swb) : Studi Indigenous Pada Pns dan Karyawan Swasta Yang Bersuku Jawa Di Pulau Jawa. Skripsi. Semarang : Fakultas Ilmu Pendidikan
- , D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). Human development (10th ed.). McGraw-Hill.
- Park, N., & Steger, M. F. (2010). Does it matter where we live? The urban psychology of subjective well-being. Dalam J. Maddux (Ed.), Subjective well-being and Life satisfaction. New York: Routledge.
- Pavot, W., & Diener, E. (2004). Findings on subjective well-being: Applications to public policy, clinical interventions, and education. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), Positive psychology in practice (pp. 679–692). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Piper, L. J., & Uttley, C. M. (2019). Adolescents and pets. In Clinician's Guide to Treating Companion Animal Issues (pp. 47-75). Academic Press.
- Purewal, R., Christley, R., Kordas, K., Joinson, C., Meints, K., Gee, N., & Westgarth, C. (2017). Companion animals and child/adolescent development: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 234.
- Quinn, P. C. (2005). The evolution and development of human Attachment. *Behavioral and Brain Sciences*, 28(3), 347–348.
- Reevy, G. M., & Delgado, M. M. (2015). Personality correlates of human–animal relationships: The role of Attachment and empathy. *Anthrozoös*, 28(1), 23–39. <https://doi.org/10.2752/089279315X14129350721811>

Ridwan, P. P. (2023, February 13). *Ragam statistik hewan peliharaan di Indonesia*.

GoodStats. [GoodStats](#)

Robinson, O. C. (2019). A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging adulthood*, 7(3), 167–179.

Sable, P. (2012). The pet connection: An attachment perspective. *Clinical Social Work Journal*, 41(1), 93–99.

Santrock, J. W. (2014). *Life-span development* (15th ed.). McGraw-Hill Education.

Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (16th ed.). McGraw-Hill Education.

Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.

Smith, T. W., & Son, J. (2017). Trends in fear of adulthood and rejection of adult responsibilities among U.S. college graduates, 1982–2012. *Social Science Research*, 67, 1–12.

Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships: Can a four-legged friend replace a two-legged one? *Anthrozoös*, 25(3), 217–233.
<https://doi.org/10.2752/175303712X13403555186195>

Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from Emerging adulthood to older adulthood. *Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43–52.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed methods)*. Alfabeta.
- Vespa, J. (2017). *The changing economics and demographics of young adulthood: 1975-2016* (pp. 1-23). Washington, DC: US Department of Commerce, Economics and Statistics Administration, US Census Bureau.
- Vidovic, V. V., Stetic, V. V., & Bratko, D. (1999). Pet ownership, type of pet and socio-emotional development of school children. *Anthrozoös*, 12(4), 211–217. <https://doi.org/10.2752/089279399787000129>
- Vizard, T., Sadler, K., Ford, T., Marcheselli, F., Davis, J., Leach, C., ... McManus, S. (2020). *Mental health of children and young people in England, 2020: Wave 1 follow up to the 2017 survey*. NHS Digital.
- Vizard, T., Sadler, K., Ford, T., Marcheselli, F., Davis, J., Leach, C., & McManus, S. (2020). *Mental health of children and young people in England, 2020*. NHS Digital.
- Woo, E., & Kim, Y. (2023). The relationship between *Pet attachment* and *Subjective well-being*: The mediating role of basic psychological needs. *Current Psychology*.
- World Health Organization. (1998). *WHOQOL: Measuring quality of life*. World Health Organization.
- Wright, H. F., & le Roux, R. H. (2020). The human–animal bond: A review of the literature. *Animals*, 10(12), 2183. <https://doi.org/10.3390/ani10122183>