

HUBUNGAN ANTARA *PET ATTACHMENT* DAN *HAPPINESS* PADA PECINTA KUCINGNanda Putri Novianti¹, Istiqomah², Ria Wiyatfi Linsiya³

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammdiyah Jember

naandaputri@gmail.com, istiqomah@unmuhjember.ac.id, ria.wiyatfi@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Masa dewasa awal merupakan periode perkembangan yang mencakup rentang usia 18 hingga 40 tahun, merupakan periode perkembangan penting di mana individu mulai menyesuaikan diri dengan pola kehidupan baru dan harapan sosial yang berubah. Pada tahap ini, dewasa awal dihadapkan pada tugas perkembangan, salah satunya adalah bergabung dengan kelompok atau komunitas yang sesuai dengan nilai-nilai dirinya, dengan menjadi bagian dari Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ). Keberhasilan dalam melaksanakan tugas perkembangan membawa kepuasan, sukses, dan happiness, sebaliknya kegagalan dalam mengeksekusi tugas perkembangan mengakibatkan ketidakbahagiaan dan mengganggu perkembangan di masa mendatang. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara pet attachment dan happiness pada dewasa awal yang memelihara kucing. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah convenience sampling, dan data dikumpulkan melalui kuesioner online menggunakan Google Form. Subjek penelitian terdiri dari 100 anggota KPKJ yang sesuai dengan perhitungan rumus Lemeshow. Instrumen yang digunakan adalah PERMA-Profiler (15 item, $\alpha = 0,9$) dan LAPS (23 item, $\alpha = 0,93$). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara pet attachment dan happiness pada dewasa awal yang memelihara kucing, dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,247 dan nilai signifikansi sebesar 0,013 ($<0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat keterikatan individu dengan hewan peliharaannya, semakin tinggi pula tingkat happiness yang dirasakannya.

Kata kunci: Dewasa Awal, Happiness, Pet attachment

ABSTRACT

Early adulthood is a developmental period spanning the ages of 18 to 40, marking a crucial phase where individuals begin to adapt to new life patterns and shifting social expectations. During this stage, early adults face developmental tasks, one of which is joining groups or communities aligned with their values, such as becoming a member of the Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ). Successfully

Article History

Received: Desember 2024

Reviewed: Desember 2024

Published: Desember 2024

Plagiarism Checker No 77

DOI : Prefix DOI :

10.8734/Musyitari.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

accomplishing these developmental tasks leads to satisfaction, success, and happiness, while failure to execute them results in unhappiness and disrupts future development. This study aims to look at the relationship between pet attachment and happiness in early adults who keep cats. This study used a quantitative approach with a correlational design. The sampling technique used was snowball sampling, and data were collected through an online questionnaire using Google Forms. data were collected through an online questionnaire using Google Form. The research subjects consisted of 100 KPKJ members who were in accordance with the calculation of Lemeshow's formula. Lemeshow's formula. The instruments used were the PERMA-Profler (15 items, $\alpha = 0.9$) and LAPS (23 items, $\alpha = 0.93$). The results showed a significant positive relationship between significant positive relationship between pet attachment and happiness in early adults who keep cats, with a Pearson correlation value of 0.247 and a significance value of 0.013 (<0.05). This finding suggests that the higher the level of attachment an individual has with their pet, the higher the level of happiness they feel. the higher the level of happiness they feel.

Keyword: Early adulthood, Happiness, Pet attachment

PENDAHULUAN

Setiap individu melewati tahapan perkembangan kehidupan, mulai dari bayi hingga lanjut usia, dengan karakteristik dan tugas perkembangan masing-masing. Masa dewasa awal, yang berlangsung dari usia 18 hingga 40 tahun, merupakan periode transisi yang mencerminkan adaptasi terhadap pola hidup baru dan harapan sosial. Masa ini juga rentan terhadap stres, depresi, kesepian, dan ketidakpuasan hidup akibat tantangan dalam proses menuju kedewasaan (Hurlock, 2001). Menurut Havighurst (1953; Hurlock, 2001) tugas perkembangan dewasa awal meliputi mendapatkan pekerjaan untuk membangun karier dan kestabilan finansial, membangun keintiman dengan menjalin hubungan dan berkeluarga, serta menerima tanggung jawab sebagai warga negara dengan memahami peran dalam masyarakat dan mematuhi norma yang berlaku. Serta individu dewasa awal akan mulai mencari orang-orang atau kelompok yang mempunyai faham yang sama atau serupa dengan dirinya (Putri, 2018).

Bergabung dengan komunitas yang sesuai dengan nilai pribadi merupakan bagian dari tugas perkembangan dewasa awal. Salah satu dari bentuk komunitas adalah Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ), Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ) memungkinkan individu terlibat dalam kegiatan perawatan, perlindungan, penyelamatan, adopsi, dan edukasi kucing, sambil memperluas jaringan sosial dan memberi rasa memiliki. Secara sosial, bergabung dengan KPKJ memungkinkan anggota membangun relasi sosial, berbagi cerita untuk mengurangi kesepian, serta memperkuat ikatan sosial. Komunitas ini juga membantu pemilik kucing merawat hewan peliharaan lebih baik dan memperkuat keterikatan emosional dengan kucing. (Johnson *et al.*, 1992; Tribudiman *et al.*, 2021).

Dalam konteks perkembangan, melaksanakan tugas perkembangan sangat penting dalam proses perkembangan individu, terutama pada dewasa awal, untuk memungkinkan pertumbuhan sosial, emosional, dan psikologis. Tugas ini perlu dipenuhi agar seseorang dapat

beradaptasi dengan baik terhadap tantangan hidup di setiap fase perkembangan. Havighurst menjelaskan bahwa keberhasilan dalam melaksanakan tugas ini menghasilkan rasa puas dan *happiness*, yang menjadi tujuan utama dalam hidup (Hurlock, 2001). *Happiness* memiliki peran penting dalam kehidupan, karena terkait erat dengan peningkatan kesejahteraan emosional dan fisik, serta membantu individu untuk beradaptasi dengan lebih baik terhadap tantangan hidup di setiap periode perkembangan. *Happiness* mendorong individu untuk menetapkan tujuan yang lebih realistis dan memotivasi mereka untuk bekerja keras mencapainya (Diener *et al.*, 2015).

Happiness merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan emosi positif yang dirasakan oleh seseorang dan aktivitas positif yang bebas dari unsur negatif, Seligman (2005) juga menjelaskan bahwa *happiness* menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kehidupan yang bermakna, dengan setiap individu memiliki tujuan akhir dalam segala aktivitas dan usaha hidup. Terdapat beberapa aspek *happiness* yang dikemukakan oleh Seligman (2005), yakni *Positive emotion*, *Engagement*, *Positive Relationships*, *Meaning* dan *Accomplishment* (Seligman, 2005; Arif, 2016).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal, didapatkan bahwa pada aspek *positive emotion*, dewasa awal merasa bahagia dan puas, terutama saat berinteraksi dengan keluarga, teman, atau hewan peliharaan. Aktivitas seperti membaca, olahraga, atau bergabung dalam komunitas pecinta hewan memberikan rasa tenang dan syukur. Sebelum bergabung dengan komunitas pecinta kucing Jember, interaksi sosial mereka terbatas, namun setelahnya mereka merasakan manfaat lebih, seperti keterlibatan dalam penyelamatan dan adopsi hewan. Pada aspek *engagement*, mereka merasa bahagia terlibat sepenuhnya dalam kegiatan komunitas yang bermakna, membuat waktu berlalu cepat dan memberi kontribusi positif. Dalam aspek *positive relationship*, dewasa awal merasakan *happiness* melalui hubungan yang sehat dengan orang sekitar dan hewan peliharaan yang dianggap sahabat, memberikan dukungan emosional. Aspek *meaning* terlihat saat mereka merasa kehidupan lebih bermakna melalui dampak positif pada lingkungan dan merawat hewan peliharaan. Dalam aspek *accomplishment*, mereka merasa puas setelah mencapai tujuan, seperti memulai karir atau mencapai prestasi.

Salah satu faktor dalam penelitian ini yang mampu memengaruhi *happiness* adalah *attachment*. *Attachment* merupakan konsep yang diperkenalkan oleh Bowlby untuk menjelaskan ikatan antara bayi dan ibunya (Baron & Byrne, 2004). Namun, figur *attachment* tidak hanya dengan manusia lain, tetapi juga dengan pemilik hewan peliharaan dan hewan peliharaannya (Tribudiman *et al.*, 2021). *Attachment* antara manusia dan hewan peliharaan disebut dengan *pet attachment* yang didasarkan dari teori *attachment Bowlby* pada manusia. *Pet attachment* menurut Johnson *et al* (1992; Erliza & Atmasari, 2022) merupakan ikatan emosional yang kuat antara pemilik dan hewan peliharaan, dimana pemilik merasakan cinta, kehangatan, *happiness* atau kenyamanan tanpa syarat melalui perawatan dan interaksi sehari-hari dengan hewan peliharaannya. Menurut Johnson *et al* (1992) terdapat tiga aspek dalam *pet attachment*. Pertama, *General Attachment*, menggambarkan kedekatan antara individu dan hewan peliharaan. Kedua, *People Substituting*, menunjukkan peran hewan peliharaan sebagai pengganti hubungan sosial. Ketiga, *Animal Welfare*, mencakup tanggung jawab pemilik dalam merawat dan melindungi hewan peliharaan agar hidup aman dan sehat (Optiarni & Coralia, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara pada dewasa awal pecinta kucing, menunjukkan bahwa dewasa awal pecinta kucing menganggap kucing lebih dari sekadar hewan peliharaan, melainkan bagian dari keluarga yang memiliki peran penting. Perawatan kucing setara dengan

anggota keluarga lain, termasuk dalam aktivitas harian seperti bermain, memandikan, dan berbicara. Kehilangan kucing, seperti sakit atau meninggal, menyebabkan kesedihan mendalam. Kucing juga berperan sebagai teman setia yang membantu mengatasi kesepian dan memberikan dukungan emosional. Selain itu, pemilik merasa bertanggung jawab untuk memberikan perawatan terbaik, baik fisik maupun emosional, serta melindungi hak-hak hewan dari perlakuan tidak adil atau kejam.

Dengan begitu, berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa *pet attachment* dapat menjadi figur pengganti *attachment* pada manusia (Erliza & Atmasari, 2022). Pemilik hewan peliharaan sering mengembangkan ikatan emosional kuat dengan hewan tersebut, yang memberi dukungan emosional, rasa aman, dan kenyamanan. Interaksi harian, seperti memberi makan dan bermain, memperkuat ikatan ini (Kurdek, 2008). *Pet attachment* sendiri dapat membantu untuk menjaga tingkat *happiness* agar stabil (Corliss, 2022). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Esquillo *et al* (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *pet attachment* dengan *happiness*, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.205. Ini berarti semakin tinggi *pet attachment*, maka semakin tinggi pula *happiness* yang dirasakan oleh pemilik hewan peliharaan. Namun terdapat pula penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan *happiness*, seperti penelitian yang dilakukan oleh Martin *et al* (2021) dalam penelitian ini menjelaskan tidak adanya hubungan antara *pet attachment* dengan *happiness*, dan menyebutkan bahwa gaya hiduplah yang memengaruhi *happiness* individu seperti aktivitas fisik, diet, tidur, manajemen stres, penghindaran penyalahgunaan zat, dan koneksi sosial.

Happiness menjadi isu penting pada setiap tahapan atau periode perkembangan dalam kehidupan seseorang, terutama pada periode dewasa awal. dewasa awal, memengaruhi pencapaian tujuan, adaptasi, dan kesuksesan hidup (Raibley, 2012; Fahlevi *et al.*, 2022). Sebaliknya, kekurangan *happiness* dapat menyebabkan emosi negatif dan kehidupan yang monoton (Parducci, 1995; Russ, 2022). Oleh karena itu, *happiness* benar-benar memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup manusia di masa perkembangannya, terutama bagi individu dewasa awal.

Berdasarkan latar belakang, dapat diketahui bahwa terdapat banyak manfaat yang diperoleh dari *happiness* dan juga *pet attachment*. Namun, Penelitian tentang hubungan antara *pet attachment* dan *happiness* pada dewasa awal masih terbatas dan hasilnya tidak konsisten. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan positif antara keduanya, sementara yang lain tidak menemukan hubungan signifikan. Dengan begitu peneliti tertarik untuk meneliti terkait dengan "*Hubungan Antara Pet attachment dengan Happiness pada Pecinta Kucing*"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi, yang bertujuan untuk menguji hubungan antar variabel tanpa manipulasi (Sugiyono, 2022). Penelitian ini mengkaji variabel independen (X) yaitu *pet attachment*, dan variabel dependen (Y) yaitu *happiness*. Populasi penelitian adalah dewasa awal di Jember yang tertarik pada kucing, khususnya anggota aktif Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ), dengan total populasi 11.500 orang. Sampel diambil menggunakan rumus Lemeshow, menghasilkan sekitar 100 orang yang berusia 18-40 tahun, memiliki dan merawat minimal satu kucing, serta bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*, yaitu memilih responden berdasarkan kemudahan akses dan ketersediaan, dengan memastikan

mereka memenuhi kriteria penelitian (Sugiyono, 2022). Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dengan dua jenis skala pengukuran, yaitu Skala Likert untuk *pet attachment*, menggunakan *Lexington Attachment to Pets Scale* (LAPS) dan *rating scale* untuk mengukur *happiness* dengan menggunakan PERMA-Profilier, berdasarkan *happiness* Seligman. Validitas dan reliabilitas alat ukur diuji menggunakan analisis statistik dengan SPSS, di mana instrumen dianggap valid jika r hitung $\geq 0,05$ dan reliabel jika *Cronbach's Alpha* $> 0,60$. Selain itu, uji asumsi seperti normalitas dan linearitas menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* untuk normalitas dan "*Test for Linearity*" untuk linearitas, di SPSS dilakukan untuk memastikan validitas data. Uji hipotesis dianalisis menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* untuk mengukur hubungan antara *pet attachment* dan *happiness*.

HASIL PENELITIAN

Hasil Penelitian ini penelitian ini mencakup beberapa langkah penting yang berfokus pada pengujian validitas, reliabilitas, dan asumsi statistik, serta uji hipotesis untuk menilai hubungan antara keterikatan terhadap hewan peliharaan (*pet attachment*) dan *happiness* (*happiness*).

1. Uji Validitas

Berdasarkan hasil uji validitas skala *happiness* PERMA-Profilier menunjukkan bahwa dari 15 item, terdapat 1 item yang tidak valid yakni item nomor 11 dengan korelasi 0,207, di bawah batas validitas yang ditetapkan oleh Azwar (2013) yakni sebesar 0,3. Sedangkan 14 item lainnya valid karena memiliki korelasi di atas 0,3 dan signifikansi $< 0,05$. Nilai validitas item berkisar antara 0,207 hingga 0,690. Sementara pada skala LAPS, semua 23 item valid dengan korelasi *Pearson* antara 0,418 hingga 0,757, menunjukkan validitas di atas 0,3. Hasil ini memastikan instrumen yang digunakan dapat diandalkan untuk mengukur variabel dengan akurasi tinggi. Pengujian validitas dilakukan dengan teknik *Product Moment* melalui IBM SPSS.

2. Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *analisis Cronbach Alpha* melalui aplikasi SPSS yang bertujuan untuk mengukur konsistensi internal dari instrumen yang digunakan. Hasil dari skala *happiness* PERMA-Profilier menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,786, yang lebih besar dari 0,60, mengindikasikan bahwa alat ukur ini memiliki reliabilitas yang baik. Untuk skala *pet attachment* LAPS, nilai *Cronbach Alpha* yang diperoleh adalah 0,904, menunjukkan bahwa instrumen ini sangat reliabel dan dapat dipercaya. Dengan demikian, kedua alat ukur ini dianggap dapat memberikan data yang konsisten dan valid, sehingga mendukung penelitian lebih lanjut.

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Table 2.
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Unstandardized Residual
N	100
Normal Parameters ^{a,b} Mean	0E-7

	Std. Deviation	11.54011539
Most Extreme Differences	Absolute	.103
	Positive	.048
	Negative	-.103
Kolmogorov-Smirnov Z		1.028
Asymp. Sig. (2-tailed)		.241
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* pada tabel di atas, diperlihatkan bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* adalah sebesar 0,241 yang lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa distribusi data yang diuji tidak menyimpang dari distribusi normal. Dengan kata lain, data tersebut dapat dikategorikan sebagai data yang berdistribusi normal.

Ini berarti bahwa, data ini mengasumsikan bahwa data yang dianalisis berasal dari populasi yang berdistribusi normal, yang memungkinkan untuk melakukan pengujian selanjutnya dengan menggunakan teknik analisis Anova.

b. Uji Linieritas

Table 2.
Hasil Uji Linieritas

		ANOVA Table				
		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Happiness * Pet Attachment	Between Groups	(Combined) 3312.500	31	106.855	.677	.884
	Linearity	858.748	1	858.748	5.442	.023
	Deviation from Linearity	2453.752	30	81.792	.518	.976
	Within Groups	11219.867	68	157.801		
Total		14481.390	99			

Berdasarkan hasil yang tertera pada tabel diatas, nilai *Sig. Deviation from Linearity* adalah sebesar 0,976, yang lebih besar dari tingkat signifikansi yang umum digunakan, yaitu 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *pet attachment* (X) dan *happiness* (Y).

Hal ini berarti, terdapat hubungan antara dua variabel dimana perubahan dalam satu variabel secara konsisten mempengaruhi perubahan dalam variabel lainnya dengan pola yang dapat digambarkan sebagai garis lurus. Dapat dinyatakan bahwa variabel X yang berupa *attachment* terhadap hewan *pet attachment* memiliki hubungan yang bersifat linier terhadap *happiness* pada dewasa awal. Hubungan linier ini menunjukkan bahwa

perubahan dalam tingkat *attachment* terhadap hewan peliharaan akan diikuti oleh perubahan yang konsisten dalam tingkat *happiness* individu.

4. Uji Hipotesis

Table 3.
Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		<i>Happiness</i>	<i>Pet Attachmen t</i>
<i>Happiness</i>	Pearson Correlation	1	.247*
	Sig. (2-tailed)		.013
	N	100	100
<i>Pet Attachment</i>	Pearson Correlation	.247*	1
	Sig. (2-tailed)	.013	
	N	100	100

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan *output correlations* pada tabel 15, menjelaskan terkait tentang nilai koefisien korelasi dan nilai signifikan antara variabel *pet attachment* dengan *happiness*. Berdasarkan *output correlations* didapatkan bahwa Sig. (2-tailed) adalah 0,013 yang menunjukkan bahwa < dari 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan positif antara variabel *pet attachment* dengan *happiness*. Hal ini berarti bahwa semakin kuat ikatan seseorang dengan hewan peliharaannya, semakin tinggi tingkat *happiness* yang dirasakan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* dan *happiness* pada dewasa awal yang memelihara kucing. Salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah bergabung dengan kelompok yang sesuai dengan nilai diri. Dewasa awal yang memiliki minat terhadap kucing sering bergabung dengan komunitas seperti Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ) membantu mereka membangun relasi positif dengan kucing dan sesama pecinta hewan. Kembali pada konteks perkembangan, Havighurst (1972) memang mengemukakan bahwa setiap individu memiliki tugas perkembangan tertentu yang perlu dicapai dalam berbagai tahap kehidupan, terutama individu dewasa awal. Ketika seseorang berhasil menyelesaikan tugas-tugas perkembangan ini dengan baik, mereka akan merasakan pencapaian dalam hidup dan merasakan *happiness* (Hurlock, 2001).

Menurut Seligman (2005) *happiness* adalah konsep emosi positif yang bebas dari unsur negatif. Seligman percaya bahwa *happiness* tidak hanya tentang merasakan kesenangan sementara, tetapi juga menciptakan kehidupan yang bermakna, yang memungkinkan seseorang merasakan kesejahteraan dan kepuasan hidup (Seligman, 2005). *Attachment* menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *happiness*. *Attachment* benar-benar memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan pembentukan *happiness*, dampak ini akan terus dibawa terus seumur hidup (Arif, 2016). Menariknya, *attachment* tidak hanya terbentuk dalam hubungan manusia, tetapi juga dengan makhluk lain. *Attachment* awal dengan pengasuh utama membentuk cara individu berinteraksi dalam hubungan interpersonal (Arif, 2016). Dimana, konsep ini berkembang lebih jauh dengan menunjukkan bahwa kebutuhan emosional dapat dipenuhi lewat keterikatan dengan hewan peliharaan. *Attachment* dengan hewan peliharaan memberikan kenyamanan emosional dan rasa diterima tanpa penilaian (Bao & Schreer, 2016; McConnell et al., 2011). Johnson et al (1992) menjelaskan *pet attachment* merupakan ikatan emosional yang kuat antara pemilik dan hewan peliharaan, dimana pemilik merasakan cinta, kehangatan, *happiness* atau kenyamanan tanpa syarat melalui perawatan dan interaksi sehari-hari dengan hewan peliharaannya (Erliza & Atmasari, 2022).

Pada hasil penelitian ini, diketahui bahwa H_1 diterima karena melihat nilai *pearson correlations* (r) sebesar 0,247 nilai signifikansi sebesar 0,013 ($p < 0,05$) yang berarti memiliki hubungan yang positif antar variabel. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *pet attachment* dengan *happiness* pada dewasa awal yang memelihara kucing. Semakin tinggi tingkat *pet attachment* yang memelihara kucing maka semakin tinggi pula *happiness* yang dirasakan oleh dewasa awal yang memelihara kucing. Sedangkan, jika *pet attachment* rendah maka rendah pula *happiness* yang dirasakan oleh dewasa awal yang memelihara kucing. Penelitian ini didukung oleh Esquillo et al (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *pet attachment* dengan *happiness*, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.205. Ini berarti semakin tinggi *pet attachment*, maka semakin tinggi pula *happiness* yang dirasakan.

Individu dengan *happiness* dalam dirinya akan lebih Individu yang bahagia cenderung merasakan emosi positif seperti kepuasan dan *happiness*, yang tercermin dalam senyum, tawa, dan keterlibatan sosial. *Happiness* memberikan energi positif, membantu individu menjalani hari dengan optimisme, meningkatkan hubungan sosial, produktivitas, serta empati. Dalam keluarga dan persahabatan, *happiness* memperkuat ikatan dan menciptakan suasana saling menghargai (Seligman, 2005). Selain itu, *happiness* mendorong individu untuk menetapkan tujuan hidup yang

jelas, lebih optimis menghadapi tantangan, dan mudah beradaptasi. Hal ini membantu mereka mengatasi kesulitan dan memanfaatkan peluang, meningkatkan kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan (Raibley, 2012; Fahlevi *et al.*, 2022).

Dalam konteks pecinta kucing, dewasa awal dengan *pet attachment* akan lebih sering merasakan *happiness* dalam diri, dimana *pet attachment* yang dijalani oleh dewasa awal memunculkan kondisi yang sama dengan *happiness* yang dialami dalam interaksi antar manusia (Sung & Han, 2023). Meskipun *attachment* biasanya berfokus pada hubungan manusia, hewan peliharaan juga dapat menjadi figur *attachment* yang memberikan dan menerima kasih sayang, memenuhi sebagian kebutuhan emosional (Purewal *et al.*, 2017). Hal ini juga dapat dilihat dari kacamata *biophilia*, yang menjelaskan bahwa manusia memiliki kecenderungan untuk terhubung dengan alam dan makhluk hidup lain, termasuk hewan, yang memberikan rasa tenang dan kepuasan emosional (Wilson, 1984; Djuwita & Ariyanto, 2018). Interaksi dengan hewan peliharaan, seperti membelai atau berbicara, menciptakan emosi positif seperti cinta, kehangatan, dan *happiness* (Matijczak *et al.*, 2023).

Seligman (2005) menjelaskan bahwa dewasa awal yang bahagia cenderung lebih aktif dan terlibat dalam berbagai kegiatan. *Attachment* terhadap kucing mendorong keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari, seperti memberi makan, bermain, dan berkontribusi dalam kegiatan sosial seperti penyelamatan atau edukasi, yang memberikan makna dan tujuan hidup. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian Khalifa *et al* (2021) mengungkap juga menegaskan bahwa hewan peliharaan meningkatkan aktivitas fisik dan rutinitas, yang mendukung perasaan bahagia karena menciptakan struktur dalam hidup. Merawat kucing tidak hanya memenuhi kebutuhan kasih sayang, tetapi juga memberikan dimensi emosional yang mendalam, menciptakan rutinitas yang lebih terorganisir dan bermakna. Tanggung jawab terhadap hewan peliharaan mendorong pemilik untuk hidup lebih disiplin dan terencana, serta memberikan tujuan hidup yang lebih besar. Keterikatan emosional dengan kucing menciptakan perasaan bahagia karena adanya nilai dalam hubungan tersebut (Stallones *et al.*, 1988; Ayuningtias *et al.*, 2023).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara keterikatan terhadap hewan peliharaan, khususnya kucing, dan tingkat kebahagiaan pada individu dewasa awal. Nilai korelasi *Pearson* sebesar 0,247 dengan tingkat signifikansi 0,013 (< 0,05) mengindikasikan bahwa semakin kuat keterikatan individu terhadap kucing peliharaannya, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya.

SARAN PENELITIAN

1. Bagi Komunitas

Komunitas diharapkan menjalin kemitraan dengan rumah sakit hewan, klinik veteriner, dan instansi terkait untuk meningkatkan kesejahteraan kucing dan memperkuat ikatan pemilik-hewan. Kemitraan ini dapat meliputi layanan kesehatan, informasi, dan edukasi. Komunitas juga disarankan mengadakan seminar dan lokakarya mengenai kesejahteraan hewan dan pentingnya keterikatan hewan peliharaan untuk *happiness* pemilik.

2. Bagi Subjek Penelitian

Subjek dengan *happiness* tinggi disarankan untuk memperkuat ikatan emosional dengan hewan peliharaan, yang dapat meningkatkan *happiness*. Mereka juga dapat mencari cara lain

untuk mencapai *happiness*, seperti membangun hubungan bermakna dan mencapai tujuan pribadi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti disarankan untuk mengeksplorasi variabel tambahan seperti dukungan sosial dan faktor lingkungan yang memengaruhi *happiness*. Mereka juga bisa meneliti apakah hubungan antara *pet attachment* dan *happiness* berlaku untuk jenis hewan peliharaan lain, seperti anjing atau hewan eksotis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambrosi, C., Zaiontz, C., Peragine, G., Sarchi, S., & Bona, F. (2019). Randomized controlled study on the effectiveness of animal-assisted therapy on depression, anxiety, and illness perception in institutionalized elderly. *Psychogeriatrics*, 19(1), 55–64.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Baron, A. R., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial* (1st ed.). Erlangga
- Chaudhary, S., & Srivastava, S. K. (2017). Own a Pet – Stay well and Happy : an exploratory study. *Indian Journal of Mental Health(IJMH)*, 4(4), 391.
- Citra Lalitya Optiarni, & Farida Coralia. (2023). Pengaruh *Pet attachment* terhadap Tingkat Stres pada Pemilik Hewan Peliharaan Kucing di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*.
- Corliss, J. (2022). *Ownership, The heartfelt benefits of pet: Dogs and other pets can foster positive feelings and habits that may improve cardiovascular health*. Harvard Health Publishing.
- Delle Fave, A. (2014). Eudaimonic and Hedonic Components of *Happiness*. *ResearchGate*, December, 2000.
- Erliza, Y., & Atmasari, A. (2022). Pengaruh *Pet Attachment* Terhadap *Happiness* Pada Pemilik Hewan Peliharaan Di Kecamatan Sumbawa. *JURNAL PSIMAWA*.
- Esquillo, R. A., Enriquez, M. Y. L., Luciano, M. R. B., Bernardo, A. P., & Koh, A. P. (2022). The Role of Companion Animals and Its Relationship to the Well-Being, *Happiness*, and Loneliness of College Students Amidst the COVID-19 Pandemic. *PSYCHOLOGY AND EDUCATION: A MULTIDISCIPLINARY JOURNAL*, 2.
- Fahlevi, R., Simarmata, N., Aprilyani, R., Abrdurohimi, K. Hedro, P. J. D., Patodo, S. M., Arini, P. D., Wijaya, Y., & Shobihah, F. I. (2022). *Psikologi Positif*. PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Febrieta, D. (2017). Efek Kesepian Terhadap Hubungan Antara Persahabatan dan *Happiness*. *Jurnal Psiko Bhara Kajian Ilmiah Dan Penelitian Psikologi*, 1(1), 57–76.
- Hinkert, C. (2013). *The influence of dogs and cats on the mental health and emotional wellbeing of their owners in the Netherlands*. 1–29.
- Hurlock, E. B. (2001). *Developmental Psychology: A Life - Span Approach*. McGraw-Hill Education.
- 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, N., Chandramohan, A. K., Lorainne D'souza, A., Shekar C, B., Hariram, S., & Nayak, A. H. (2019). Assessment of *pet attachment* and its relationship with stress and social support among residents in Mangalore city of south India. *Journal of Veterinary Behavior*, 34, 1–6.
- Kurdek, L. A. (2008). Pet dogs as *attachment* figures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25(2), 247–266.
- Lauer, S., Wong, K. L. Y., & Yan, M. C. (2024). Social infrastructure, community organizations, and friendship formation: a scoping review. *Community Development Journal*.
- Martin, F., Bachert, K. E., Snow, L., Tu, H.-W., Belahbib, J., & Lyn, S. A. (2021). Depression, anxiety, and *happiness* in dog owners and potential dog owners during the COVID-19 pandemic in the United States. *PLOS ONE*, 16(12), e0260676.
- Martins, C. F., Soares, J. P., Cortinhas, A., Silva, L., Cardoso, L., Pires, M. A., & Mota, M. P. (2023). Pet's influence on humans' daily physical activity and mental health: a meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 11(May).
- 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–
- Parducci, A. (1995). *Happiness, pleasure, and judgment: The contextual theory and its applications*. Lawrence Erlbaum Associates. APA, PsycNet.
- Purewal, R., Christley, R., Kordas, K., Joinson, C., Meints, K., Gee, N., & Westgarth, C. (2017). Companion Animals and Child/Adolescent Development: A Systematic Review of the Evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 234.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35.
- Raibley, J. R. (2012). Happiness is not Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 13(6), 1105–1129. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9309-z>
- Russ, H. (2022). *The Happiness Trap: How to Stop Struggling and Start Living* (2nd ed.). Shambhala.
- Sahebalzamani, M., Rezaei, O., & Moghadam, L. F. (2020). Animal-assisted therapy on happiness and life quality of chronic psychiatric patients living in psychiatric residential care homes: a randomized controlled study. *BMC Psychiatry*, 20(1), 575.
- Santrock, J. W. (2017). Life-span development Sixteenth Edition. In *Life-span development*, 7th ed. McGraw-Hill Higher Education.
- Seligman, E. P. S. (2005). *Authentic Happiness: Menciptakan Happiness dengan Psikologi Positif*. PT. Mizan Pustaka.
- Sugiyono, P. D. (2022). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Sung, J. Y., & Han, J. S. (2023). Exploring the Role of Empathy as a Dual Mediator in the Relationship between Human–Pet attachment and Quality of Life: A Survey Study among Adult Dog Owners. *Animals*, 13(13), 2220.
- Tribudiman, A., Rahmadi, R., & Fadhila, M. (2021). Peran Pet attachment Terhadap Happiness Pemilik Hewan Peliharaan Di Kota Banjarmasin. *Jurnal Al-Husna*, 1(1), 60.