

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Manusia selalu berubah-ubah. Bahkan semenjak dalam kandungan sampai meninggalpun selalu terdapat perubahan, baik kemampuan secara fisik maupun psikologis. Menurut teori Erickson (dalam Thahir, 2018) manusia akan melewati beberapa tahap perkembangan mulai dari lahir hingga usia lanjut. Putri (2019) menyatakan bahwa dari semua periode, periode dewasa awal merupakan periode puncak perkembangan individu. Hal ini dikarenakan periode dewasa awal merupakan periode adaptasi kehidupan baru dan pemanfaatan kebebasan yang dimiliki. Menurut Mappiare (dalam Thahir, 2018) dewasa awal merupakan transisi dari periode remaja ke periode dewasa. Transisi tersebut akan mempengaruhi kemandirian baik secara finansial maupun yang lain seperti kebebasan pengambilan keputusan, serta perubahan *point of view* terhadap masa depan yang lebih rasional. Menurut Erickson dan Havighurst (dalam Hurlock, 1990) fase dewasa awal adalah fase dimana individu sangat merasa kesepian. Hal ini disebabkan adanya perubahan lingkungan, sehingga individu perlu melakukan adaptasi ulang.

Havighurst (dalam Thahir,2018) berpendapat bahwa dewasa awal memiliki beberapa tugas perkembangan yang seharusnya dilakukan diantaranya adalah membangun dan memelihara rumah tangga, mendidik anak, bertanggung jawab sebagai warga negara, membangun interaksi dengan kelompok sosial tertentu dan mengerjakan sebuah pekerjaan. Menurut Erickson (dalam Thahir,2018),

kategorisasi dewasa awal adalah seseorang yang berumur sekitar 20-30 tahun. Masa tersebut akan ditandai dengan adanya tendensi *intimacy vs isolation*. Apabila seseorang berhasil membangun kehangatan, keintiman dan komunikasi tanpa adanya konteks seksual, maka orang tersebut terhindar dari perasaan isolasi dan seharusnya memiliki tingkat kesepian yang rendah. Tetapi apabila tidak berhasil membangun keintiman, maka orang tersebut akan merasa dirinya terisolasi. Seseorang yang merasa terisolasi cenderung merasa dasingkan dari individu lain, merasa dirinya terbebani karena beda dengan individu lain dan juga merasa kesepian.

Menurut Russell dkk. (1980) kesepian merupakan kondisi dimana individu merasa bosan, gelisah, sedih dan merasa tidak puas dengan afiliasi sosial yang dimiliki dimana hal tersebut berkaitan dengan pengaruh negatif. Menurut de Jong dkk. (2016) kesepian merupakan pengalaman personal yang negatif dari suatu ketidakseimbangan antara kenyataan dalam sebuah hubungan dan yang diinginkan. Perlman & Peplau (1981) berpendapat bahwa kesepian adalah pengalaman individu yang kurang menyenangkan ketika hubungan sosial individu tersebut kurang dalam beberapa hal penting, baik secara kuantitatif maupun kualitatif.

Russel (1996) menjelaskan 3 aspek kesepian yaitu *Social Desirability*, *Personality* dan *Depression*. (a) *Social Desirability* merupakan kesepian yang disebabkan oleh ketidak mampuan seseorang dalam merealisasikan kehidupan sosial yang diinginkan di lingkungannya (Johnson & Van de, 2003). (b) *Personality* adalah adalah kesepian yang diakibatkan oleh kepribadian seseorang. Seperti

ketidakterbukaan atau ketidakmampuan bersosialisasi (Miller, Perlman, dan Brehm,2013). (c) *Depression* merupakan kesepian yang disebabkan adanya masalah tekanan dalam diri seseorang seperti kehilangan semangat, merasa tidak berharga, muram, dan sedih (Kazdin, 2000).

Survey online yang dilakukan oleh Claudia Hammond bersama *BBC* mencatat bahwa ada sebesar 40% individu dari 55.000 responden yang berusia 16-24 tahun mengalami kesepian. Survei tersebut menunjukkan dewasa awal merupakan kelompok yang paling kesepian dibanding dengan usia 75 tahunan yang hanya 27%. Berdasarkan index tahunan kedua, *Cigna U.S. Loneliness*, tiga dari setiap lima orang dewasa (atau besaran 61%) melaporkan bahwa mereka kadang-kadang atau selalu merasa kesepian, yang didasarkan pada survei terhadap 10.000 orang dewasa. Angkanya lebih tinggi untuk orang dewasa yang lebih muda. Di antara para pekerja yang berusia 18-22 tahun, 73% melaporkan kadang-kadang atau selalu merasa sendirian.

Hasil survei yang dilakukan oleh Armona (2021) terkait dengan perasaan kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa perantau di Pekanbaru diketahui bahwa dari 108 mahasiswa, semuanya pernah mengalami kesepian dan 87 mahasiswa masih merasakan kesepian sampai tanggal 28 oktober 2019 saat survei terakhir dilakukan.

Hasil survei yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 Juli 2022 dengan subjek dewasa awal berusia 20-30 tahun yang tinggal di Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan bahwa dari 120 orang, hanya 14 orang atau sebanyak

11,70% yang mengalami kesepian dalam kategori rendah. Sebanyak 106 orang lainnya mengalami kesepian baik dalam kategori sedang (44,15%) maupun tinggi (44,15%).

Orang dewasa seharusnya dapat terhindar dari perasaan kesepian. Menurut (Hurlock, 1990) dewasa awal diharapkan memiliki peranan yang baru seperti suami atau istri, orang tua dan pekerja. Serta membangun pendirian baru, keinginan dan value yang baru sesuai dengan tugas perkembangannya. Meskipun tugas perkembangan dalam setiap tahap perkembangan akan semakin sulit, tetapi seseorang harus dapat menyelesaikan tugas perkembangannya sebaik mungkin, begitupun dengan tahap dewasa awal. Apabila individu dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dengan baik maka individu akan merasakan kebahagiaan dan keberhasilan serta dapat mengapai tugas perkembangan pada tahapan selanjutnya. Namun apabila individu tidak melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik, maka individu akan cenderung merasa tidak bahagia (salah satunya kesepian) dan menyulitkan kenaikan tugas perkembangan pada tahapan selanjutnya (Putri, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2015) menunjukkan bahwa kesepian yang dialami oleh seseorang dapat menjadi beban personal. Hal ini berdampak pada tingkat kecemasan tinggi pada individu dan menjadikan individu tersebut terisolasi dari masyarakat. Seseorang menganggap dirinya sendirian dan menganggap relasi sosial yang seseorang miliki sebagai kelemahannya. Menurut Yurni (2015) kesepian yang konsisten akan membuat dampak serius bagi kesehatan mental dan

peran psikososial seseorang. Secara fisik, kesepian juga dapat menimbulkan tendensi meminum alkohol hingga bunuh diri.

Menurut Peplau & Perlman (1982) ada dua perbedaan penyebab kesepian yang dapat diidentifikasi. Yang pertama *Precipitating Events*, menyangkut peristiwa atau perubahan yang memicu timbulnya kesepian. Seperti kematian orang yang dicintai, hal tersebut dapat memicu kesepian. Penyebab kedua *Predisposing and Maintaining Factors* menyangkut faktor-faktor yang mempengaruhi individu untuk menjadi kesepian atau bertahan untuk tetap kesepian dari waktu ke waktu. Dengan demikian, kurangnya keterampilan sosial seseorang dapat membuat sulit untuk mengembangkan atau mempertahankan hubungan sosial yang memuaskan.

Dalam faktor *Precipating Events* disebutkan bahwa kesepian disebabkan oleh gagalnya pemenuhan kebutuhan sosial dasar serta ketidakpuasan individu terhadap kehidupan sosialnya. Menurut Peplau (1982), cara untuk membangun hubungan sosial yang memuaskan dalam mengatasi kesepian adalah dengan meningkatkan hubungan sosial itu sendiri. Peplau (1982) menyarankan seseorang yang kesepian untuk menciptakan hubungan “pengganti” dengan hewan peliharaan. Menurut Sable (2013) perasaan kesepian dapat berkurang apabila seseorang memiliki hewan peliharaan dan terbangun hubungan eksklusif dengan hewan peliharaan tersebut. Sable (2013) mengatakan bahwa hewan peliharaan telah terbukti efektif dalam mengurangi kesepian, kecemasan, dan depresi. Peplau (1982) menyebutkan bahwa orang yang kesepian perlu mengurangi ketergantungan psikologis terhadap orang lain dan mengembangkan sumber daya batin untuk

memenuhi kebutuhannya. Ketika pasangan sosialnya tidak tersedia maka individu perlu memiliki sumber daya pengganti seperti buku harian, hewan peliharaan dan lain-lain. Imanina (2022) menjelaskan bahwa hewan peliharaan adalah binatang yang dirawat oleh pemiliknya yang memiliki ikatan emosional di antara keduanya. Ikatan emosional ini akan membentuk suatu hubungan dekat antara manusia dengan hewan peliharaan. Ikatan emosional antara manusia dengan hewan peliharaan ini disebut dengan istilah *Pet Attachment* atau disebut sebagai kelekatan dengan hewan peliharaan.

Penelitian yang dilakukan Noviana (2018) mengatakan bahwa ikatan kelekatan antar variasi jenis terbentuk dengan pola yang agak sama dengan ikatan yang terjalin antar manusia. Di mana ikatan antar variasi jenis ini juga dapat memberikan perlindungan, rasa aman dan perasaan kelekatan yang bersambutan. Ikatan dengan hewan peliharaan juga cenderung lebih mudah dan minim konflik dibandingkan dengan ikatan antar manusia. Dalam penelitian Meehan, Massavelli, dan Pachana (2017) disebutkan individu dapat mempertimbangkan untuk memelihara hewan peliharaan sebagai salah satu sumber pokok bantuan emosional individu tersebut. Namun perlu terbangun kelekatan antara pemilik dengan hewan peliharaan supaya dapat merasakan manfaat yang ada.

Kelekatan pada hewan peliharaan bisa disebut dengan *Pet Attachment*. Menurut Nurlayli (2014) banyak khasiat yang didapatkan ketika memiliki hewan peliharaan seperti kesehatan fisik ataupun psikologis. Hal ini didukung dengan penelitian Krause & Basin (2019) yang mengatakan bahwa interaksi antara manusia

dengan hewan dapat mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada usia lanjut.

Pet Attachment bersumber dari teori Bowlby tentang kelekatan dengan manusia. Menurut Meehan dkk. (2017) *Pet Attachment* merupakan ikatan emosional yang terjalin antara manusia dengan hewan peliharaannya. Menurut Sable (1995), *Pet Attachment* merupakan suatu hubungan secara emosional yang memberikan kesejahteraan dan rasa aman. Menurut Le Roux & Wright (2020) *Pet Attachment* didefinisikan sebagai hubungan yang terikat antara pemilik dan hewan peliharaannya. Sedangkan Wu, Wong, dan Chu (2018) menjelaskan bahwa *Pet Attachment* merupakan tahap kelekatan dan hubungan antara pemilik dengan hewan peliharaannya, dimana hubungan pemilik dan hewan peliharaan akan semakin kuat jika mereka menghabiskan lebih banyak waktu bersama.

Johnson, Garrity, dan Stallones (1992) menyebutkan ada tiga aspek *Pet Attachment* dalam *Lexington Attachment to Pet Scale* yaitu *General attachment*, *People Substituting*, dan *Animals Right*. *General attachment* sendiri memiliki artian yaitu deskripsi secara umum kelekatan pada manusia. *People Substituting* menunjukkan kedudukan hewan peliharaan dalam kehidupan pemilik yang lebih fundamental. *Animals Right* merupakan hak dan kedudukan hewan dalam kehidupan rumah tangga si pemilik hewan peliharaan.

Zilchamano (2011) menjelaskan bahwa adanya hubungan antara hewan peliharaan dengan pemilik membuat hewan peliharaan dijadikan sumber kasih sayang, penerimaan dan dukungan emosional serta membantu individu

memulihkan keseimbangan emosional ketika dibutuhkan. Penelitian McConnel (2011) menjabarkan bahwa hewan peliharaan mampu menjadi *social support* bagi pemiliknya sama dengan *social support* yang didapatkan dari teman, saudara, pacar ataupun orang tua.

Holttum (2018) mengatakan hubungan antara pemilik dengan hewan peliharaan anjing membuat pemilik merasa nyaman karena perhatian yang diberikan hewan peliharaannya serta tidak adanya penilaian dari hewan peliharaan. Sable (2013) mengatakan bahwa hubungan antara hewan peliharaan dengan pemiliknya dapat mengurangi kesepian, kecemasan, dan depresi.

Hasil penelitian Armona (2021) menyatakan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara *pet attachment* dengan kesepian pada mahasiswa perantau di kota Pekanbaru. Dengan demikian, semakin dekat kelekatan emosional (*Pet Attachment*) mahasiswa perantau yang berdomisili di Pekanbaru dengan hewan peliharaannya maka, semakin berkurang perasaan kesepian individu. Sebaliknya, semakin jauh kelekatan emosional (*Pet Attachment*) mahasiswa perantau yang berdomisili di Pekanbaru dengan hewan peliharaannya maka, semakin bertambah perasaan kesepian individu.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayasari (2018) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kesepian mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga ditinjau dari kepemilikan hewan peliharaan, yang mana individu pemilik hewan peliharaan memiliki tingkat kesepian yang lebih rendah dibanding dengan yang tidak memiliki hewan peliharaan. Penelitian yang dilakukan

oleh Nurlayli dan Hidayati (2014) menunjukkan bahwa kurang lebih 72% informan dalam penelitiannya yang memelihara hewan dan berada jauh dari keluarganya mempunyai level kesepian yang rendah.

Penelitian ini dilakukan untuk memperluas wilayah penelitian, pada penelitian sebelumnya domisili yang dipilih adalah Pekanbaru dan subjeknya hanya terbatas pada mahasiswa. Penelitian ini memilih domisili Yogyakarta dengan subjek dewasa awal yang berusia 18-30 tahun.

Berdasarkan hal-hal yang tertulis diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *Pet Attachment* dengan tingkat kesepian pada dewasa awal?”

B. Tujuan dan Manfaat

Adapun tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui hubungan antara *Pet Attachment* dengan tingkat kesepian pada dewasa awal. Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat bagi kepentingan ilmu psikologi baik secara teoritis maupun kepentingan praktis :

1. Manfaat teoritis :
 - a) Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dalam psikologi perkembangan terkait dengan *Pet Attachment* dan tingkat kesepian pada dewasa awal.
 - b) Sebagai referensi pada penelitian berikutnya yang berkaitan dengan hubungan *Pet Attachment* dan tingkat kesepian pada dewasa awal serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis :

Penelitian ini secara praktis diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada para orang dewasa awal tentang hubungan *Pet Attachment* dan tingkat kesepian pada dewasa awal serta menambah wawasan kepada banyak pihak yang membutuhkan terutama orang dewasa awal ataupun seluruh lapisan masyarakat terkait dengan hubungan *Pet Attachment* dan tingkat kesepian pada dewasa awal.