

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Setiap manusia pasti melalui tahap-tahap perkembangan dalam hidupnya, salah satu tahap perkembangan tersebut adalah masa dewasa awal. Fase atau tahap dewasa awal dikenal juga dengan istilah *adult* yang bermakna menjadi dewasa serta tumbuh sempurna baik secara ukuran maupun kekuatan. Fase dewasa awal merupakan masa dimana seorang individu mulai memahami kedudukannya dalam tatanan masyarakat yakni lingkungan berkumpulnya individu-individu dewasa yang lain (Hurlock, 1980).

Sebelum individu mengalami fase dewasa, terlebih dahulu akan menghadapi masa transisi dari fase remaja ke fase dewasa awal. Tahap baru dalam perkembangan hidup manusia yang kompleks menuju kemandirian dan pendewasaan disebut *emerging adulthood* atau dewasa awal (Arnett, 2014). Menurut Papalia, Old, dan Feldman (2008), masa dewasa awal (*young adulthood*) berkisar antara usia 20 sampai dengan 40 tahun. Salah satu tugas perkembangan yang penting bagi dewasa awal adalah menjalin hubungan intim. Dewasa awal adalah tahap perkembangan kehidupan yang ditandai dengan perubahan konteks kognitif individu, emosional, fisik dan sosial yang berlangsung secara dinamis dan melalui hubungan timbal balik antara individu dan lingkungannya (Wood dkk, 2017).

Masa dewasa adalah masa ketika individu sudah mulai menentukan peran dalam masyarakat dan bertanggung jawab untuk apapun yang dihasilkan di

masyarakat (Feist & Feist, 2017). Menurut McGoldrick, Preto & Carter (2013), individu yang memasuki fase dewasa awal ditandai dengan adanya penerimaan terhadap tanggung jawab emosional dan finansial pada diri sendiri, sehingga terjadi banyak perubahan dalam kehidupan individu tersebut untuk dapat menjadi individu yang dewasa.

Masa dewasa awal menjadi waktu untuk membangun kemandirian pribadi dan ekonomi, pengembangan karier, membangun hubungan yang lebih intim dengan seseorang, dan memulai kehidupan menjalin sebuah keluarga (Santrock, 2016). Menurut (Santrock, 2014) tugas perkembangan ditahap dewasa awal adalah membangun hubungan yang intim dengan orang lain, jika pada tahap ini terjadi kegagalan dalam tugas perkembangannya, maka individu tersebut akan mengalami perasaan terisolasi.

Menurut McGoldrick, Preto & Carter (2013), Fase Dewasa Awal menjadi fase dimana individu dapat memikirkan arah kehidupan kedepannya seperti apa, yang tak jarang sangat mengguncang mental bagi individu yang sedang ditahap ini. Arnett (2014), menyebutkan bahwa tahap dewasa awal membuat individu dihadapkan dengan berbagai permasalahan sosial seperti tuntutan orang tua, masalah dengan teman sebaya, bahkan masalah pada diri sendiri. Jika individu tersebut gagal mengatasi permasalahan tersebut maka ia akan mengalami kondisi emosi yang tidak stabil bahkan mengisolasi dirinya dari orang lain sehingga mengalami kesepian (Bruno, 2000). Ketika individu tidak memiliki hubungan sosial dengan orang lain, individu tersebut cenderung membangun hubungan dengan makhluk lain, dalam hal ini adalah hewan peliharaan (Nebbe, 2001).

Aktivitas memelihara hewan menjadi kegiatan yang cukup diminati oleh banyak orang pada saat ini terutama dikota Yogyakarta. Menurut jogja.idntimes.com pada saat ini banyak komunitas hewan di Yogyakarta seperti komunitas kucing, anjing ataupun hewan-hewan ekstrim (Jogja.idntimes 2021). Lalu dikarenakan meningkatnya para pecinta hewan, SCH Mall menggelar event Kebun Binatang dalam ruangan yang bertujuan untuk memberi apresiasi kepada pecinta hewan sekaligus membantu para komunitas pecinta hewan yang ada di seluruh Yogyakarta mulai dari komunitas ikan, komunitas kucing, anjing bahkan reptile yang bertujuan membantu komunitas menjual produk-produk kebutuhan hewan (Tribun Jogja, 2021).

Pet attachment berasal dari teori *attachment* yang dikembangkan oleh Bowlby (1979) menurutnya *pet attachment* merupakan suatu ikatan emosional yang terjadi antara individu dengan hewan peliharaannya. Yuniarti (2008) menambahkan, jika hubungan keterikatan juga dapat dilihat dari adanya perilaku menangis dan mencari, saat individu sedang tidak bersama dengan figur kelekatan. Dalam hal ini, hewan peliharaan merupakan figur yang sering menjadi pengganti figur kelekatan yang dapat memberikan hubungan yang lebih stabil dan saling percaya (Karen, 2010).

Nebbe (2001) mendefinisikan hubungan antara manusia dan hewan peliharaan adalah sebuah hubungan memenuhi kebutuhan dasar manusia untuk mencintai dan merasa dicintai. Individu yang menganggap hewan peliharaan sebagai sahabat dan memosisikannya sebagai keluarganya akan menunjukkan perilaku tertentu pada hewan peliharaannya, seperti perilaku yang dikemukakan

Sable (2012) seperti membelai, menyentuh, memeluk, tidur di samping satu sama lain, bahkan berbicara yang pada umumnya ditunjukkan oleh sesama manusia. Yang dimana semakin lama, hubungan antara manusia dengan hewan bukan hanya hubungan yang seperti pemilik dengan sesuatu yang dimiliki saja, tetapi didasari dengan kasih sayang sehingga akan timbul kelekatan antara individu dengan hewan peliharaannya, yang dapat disebut dengan *pet attachment* (Pendry dan Vandagriff, 2021).

Menurut Kurdek (2008) *pet attachment* memiliki 4 aspek, yaitu basis aman, tempat aman, pemeliharaan kedekatan, distres karena perpisahan. Basis aman menunjukkan bahwa figur kelekatan dianggap sebagai sumber kenyamanan yang dapat diandalkan dan dapat mengurangi kerentanan yang terkait dengan eksplorasi atau penjelajahan dunia. Tempat aman menunjukkan bahwa figur kelekatan dicari untuk kontak, peneguhan, atau keamanan pada saat distress. Pemeliharaan kedekatan menunjukkan bahwa keberadaan dan kemudahan akses kontak fisik dengan figur kelekatan dianggap sebagai sesuatu yang menyenangkan. Distres karena perpisahan menunjukkan bahwa jauh dari figur kelekatan menghasilkan afek negatif atau distress, seperti rasa kehilangan atau rindu.

Dewasa awal yang termasuk dalam tahap perkembangan (Santrock, 1998) seharusnya memiliki interaksi yang baik dengan teman sebayanya sehingga tidak memiliki tingkat *pet attachment* yang tinggi. Seperti yang yang dikatakan oleh Bahrin dkk (2012), interaksi sosial dilakukan sesama individu dengan individu atau kelompok dengan kelompok, yang dimana jika tanpa ada hal itu akan menyebabkan manusia tidak memiliki interaksi yang baik dengan sesamanya.

Namun nyatanya tingkat *pet attachment* yang tinggi dapat dirasakan oleh semua kalangan usia termasuk mereka yang memasuki fase dewasa awal (Hawkins & Williams, 2017). Dilaporkan bahwa wanita mempunyai tingkat kelekatan dengan hewan peliharaan lebih tinggi dibandingkan pria (Smolkovic, 2012). Hal ini didukung dengan tingkat *pet attachment* yang tinggi ditemukan pada orang yang tidak memiliki anak atau tidak tinggal dengan anak di rumah dan memiliki hewan peliharaan (Albert & Bulcroft, 1987). Orang yang merawat hewan peliharaan juga memiliki tingkat *pet attachment* lebih tinggi daripada orang yang tidak merawat hewan peliharaan (Kurdek, 2009).

Pada tanggal 16 Maret 2023 dilakukan wawancara terhadap 10 orang dewasa dengan kriteria memiliki hewan peliharaan minimal 1 tahun dan tinggal di Yogyakarta, dari 10 subjek yang diwawancarai tersebut 7 subjek diantaranya memiliki tingkat *pet attachment* yang tinggi. Hasil wawancara menunjukkan 5 orang subjek merasa terisolasi dari hal-hal dominan yang berada di sekitar lingkungannya, tidak mempunyai sahabat, pasangan dan selalu merasa resah atau tidak nyaman sehingga ia lebih memilih melakukan ikatan terhadap hewan peliharaannya yang dimana hubungan antara manusia dan hewan peliharaan yang bersifat timbal balik satu sama lain dimana hewan memberikan kenyamanan, rasa cinta, dan dukungan sedangkan manusia memberikan rasa sayang dan perhatian kepada hewan peliharaannya. Selain itu 2 subjek lainnya mengatakan bahwa ia merasa gagal dalam membangun hubungan yang lebih intim dengan seseorang dan membuat 2 subjek tersebut merasa tidak nyaman dan gelisah sehingga subjek harus menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai

suatu tujuan, salah satu tujuannya adalah untuk mengontrol emosi dengan cara yang positif dengan hewan peliharaannya. Sedangkan 3 subjek lainnya tidak memiliki *pet attachment* yang tinggi dikarenakan mereka masih memiliki interaksi kepada sesama dilingkungannya.

Faktor-faktor *pet attachment* yang mengacu pada pendapat Cromer dan Barlow (2013) ada empat yaitu *Love, Regulation, Personal Growth* dan *Negative Impact*. *Love* merupakan kekuatan yang membuat seseorang menghargai hubungan yang dekat dengan orang lain serta saling berbagi dan memelihara satu sama lain (Rettew & Lopez, 2008), *regulation* adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan positif (Shaffer dkk, 2005), *personal growth* atau perkembangan diri adalah individu yang memiliki kemampuan dalam meningkatkan kepercayaan diri, dapat merasakan peningkatan yang terjadi pada diri (Ryff & Keyes, 1995), *negative impact* adalah akibat oleh sesuatu yang dilakukan secara negatif atau pengaruh kuat yang mendatangkan akibat negatif (Waralah Rd Cristo, 2008). Yang dimana pada penelitian ini lebih berfokus pada *regulation* yang dikarenakan sebagian besar para peserta wawancara tidak mendapatkan interaksi yang cukup dan baik terhadap sesama manusia, baik dalam pertemanan ataupun dalam percintaan sehingga mereka mengalami kesepian dan memunculkan regulasi emosi, untuk mengontrol emosi dengan cara yang positif salah satunya dengan berinteraksi dengan hewan peliharaan sehingga memiliki *pet attachment* yang tinggi.

Seseorang yang memiliki ikatan terhadap hewan peliharaan dikarenakan memiliki rasa tingkat kesepian yang tinggi. Ini seperti yang dikatakan oleh Sable,

hewan peliharaan terbukti memiliki hubungan terhadap perasaan kesepian, kecemasan dan depresi (Sable, 2012). Hal ini juga dapat diperkuat oleh Banks (2002) berpendapat individu yang mengalami kesepian akan berinteraksi dengan hewan peliharaan karena individu yang tidak mendapatkan interaksi dari sesama manusia. Kedekatan emosional antara manusia dan hewan peliharaan dapat diartikan sebagai *pet attachment*.

Menurut Bruno (2000), kesepian merupakan keadaan mental dan emosional yang mempunyai ciri-ciri adanya perasaan-perasaan terasing dan kurang adanya hubungan yang bermakna terhadap orang lain. Sedangkan menurut Margalit (2010) kesepian adalah pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi ketika jaringan seseorang dalam hubungan sosial secara signifikan lebih rendah secara kualitas maupun kuantitas. Kesepian juga merupakan pengalaman emosional yang kurang menyenangkan yang dihasilkan dari tingkat adanya atau rendahnya kualitas hubungan sosial (Bruno, 2000).

Menurut Russel (1996) menjelaskan 3 aspek kesepian yaitu *Social Desirability*, *Personality*, dan *Depression*. *Social desirability* yaitu kesepian karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya, *Personality* yaitu suatu kesatuan dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan cara berpikir individu, *Depression* yaitu terjadinya kesepian karena terganggunya perasaan seseorang seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan yang dialami oleh individu. Menurut Baron & Byrne (2005) kesepian merupakan suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap rasa hubungan yang lebih sedikit dan

tidak memuaskan daripada yang diharapkan orang tersebut. Kesepian dapat terjadi akibat dari hubungan yang tidak sesuai dengan ekspektasi individu tersebut dan keadaan yang tidak diharapkan oleh individu tersebut sehingga menghambat proses terjadinya hubungan sosial.

Dalam hal ini, kesepian dapat mempengaruhi *pet attachment*, karena banyak manfaat yang dapat diperoleh dari aktivitas memiliki hewan peliharaan dan aktifitas memelihara hewan peliharaan menjadi *alternative* yang cukup diminati oleh banyak orang pada saat ini terutama bagi individu yang kurang mendapatkan interaksi yang baik terhadap sesama dalam hidupnya. Berbagai penelitian telah menemukan bahwa hewan peliharaan memiliki banyak manfaat, termasuk kesehatan fisiologis dan psikologis. Lewis dkk (2009) dalam penelitiannya menemukan bahwa memelihara anjing secara signifikan meningkatkan kualitas hidup dalam aspek fisik, sedangkan memelihara kucing dan selain anjing dapat meningkatkan kualitas sosial. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian McConnell dkk (2011) kepada pemilik dan bukan pemilik hewan peliharaan di usia 31 tahun, ditemukan bahwa seseorang yang memiliki hewan peliharaan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi, memiliki rasa kesepian yang lebih sedikit, serta lebih sedikit memiliki rasa takut dibandingkan seseorang yang tidak memiliki hewan peliharaan. Selain itu juga ditemukan orang yang tidak memiliki hewan peliharaan cenderung lebih mudah mengalami rasa kesepian, depresi, dan gejala penyakit fisik.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan diatas, dapat diasumsikan bahwa *pet attachment* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesepian pada dewasa awal. Berdasarkan latar permasalahan di atas, rumusan masalah yang

diajukan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *Pet Attachment* dengan Kesepian pada Dewasa Awal?” .

B. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

1. Tujuan

Dilaksanakan penelitian ini adalah untuk mengetahui positif atau negatifnya hubungan antara kesepian dengan *pet attachment* pada dewasa awal di Yogyakarta.

2. Manfaat

a. Manfaat teoritis

Untuk memberikan kontribusi mengenai pemahaman pada ruang lingkup psikologi, khususnya Psikologi Klinis yang berupa kesepian dapat mempengaruhi *pet attachment* pada dewasa awal.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah dapat mengetahui hubungan antara kesepian dengan *pet attachment* pada dewasa awal, serta masyarakat agar dapat memahami penting dan dampak kesepian yang dapat mempengaruhi *pet attachment*