
ARTIKEL PENELITIAN

Peran *Pet Attachment* terhadap *Subjective Well-Being* pada Dewasa Awal di Kota Surabaya

Novia Ramadhanis & Dewi Retno Suminar*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Masa dewasa awal merupakan fase yang penuh dengan tuntutan perkembangan sehingga berpotensi menurunkan *subjective well-being* pada individu. Salah satu faktor yang dapat menjaga *subjective well-being* tetap berada dalam kondisi baik adalah kelekatan dengan hewan peliharaan (*pet attachment*), yang mampu menjadi sumber perasaan positif bagi pemiliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *pet attachment* terhadap *subjective well-being* pada dewasa awal di Kota Surabaya. Partisipan penelitian berjumlah 170 orang yang sering berinteraksi dengan hewan peliharaan dan telah memelihara minimal 1 tahun. Pengumpulan data menggunakan metode survei dengan instrumen *The Lexington Attachment to Pet Scale* (Johnson dkk, 1992), *Satisfaction with Life Scale* (Diener dkk, 1985), serta *Scale of Positive and Negative Experience* (Diener dkk, 2009). Analisis data menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan *software* Jamovi versi 2.7.26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *pet attachment* berperan positif signifikan terhadap *subjective well-being* ($p = 0,031$), dengan koefisien regresi sebesar 0,595. Namun, kontribusi *pet attachment* hanya mampu menjelaskan 2,73% terhadap variasi *subjective well-being*, sementara 97,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: *Pet Attachment, Subjective Well-Being, Dewasa Awal*

ABSTRACT

Early adulthood is a phase full of developmental demands that can potentially lower an individual's subjective well-being. One factor that can help maintain subjective well-being in a favorable condition is pet attachment, which can serve as a source of positive feelings for the owner. This study aims to determine the role of pet attachment on subjective well-being among early adulthood in Surabaya. The study involved 170 participants who frequently interacted with their pets and had owned them for at least one year. Data were collected using a survey method with The Lexington Attachment to Pet Scale (Johnson et al., 1992), Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985), and Scale of Positive and Negative Experience (Diener et al., 2009) as instruments. Data analysis was performed using simple linear regression with the assistance of Jamovi software version 2.7.26. The results showed that pet attachment had a positive and significant role in subjective well-being ($p = 0,031$), with a regression coefficient of 0,595. However, the contribution of pet attachment could only explain 2,73% of the variance in subjective well-being, while the remaining 97,3% was influenced by other factors. not examined in this study.

Keywords: *Pet Attachment, Subjective Well-Being, Early adulthood*

PENDAHULUAN

Siklus hidup manusia pastinya menjalani fase perkembangan yang kompleks dengan mencakup pada aspek mental, fisik, maupun sosial. Setiap fase perkembangan memiliki berbagai tugas dan karakteristik yang berbeda pada setiap tahapannya. Salah satu fase yang dipandang sebagai periode krisis dalam proses perkembangan manusia adalah masa transisi dari akhir remaja menuju awal kedewasaan (Wardah & Jannah, 2023). Masa transisi ini disebut sebagai masa dewasa awal yang berlangsung pada rentang usia 18-25 tahun dengan ditandai munculnya proses eksperimen dan eksplorasi diri. Usia fisik tersebut telah mulai berada pada puncaknya dan dihadapkan dengan tuntutan perkembangan yang harus diselesaikan secara mandiri (Santrock, 2023). Di sisi lain, individu mulai memiliki kesempatan besar untuk mengeksplorasi peran barunya, tetapi juga dihadapkan dengan rintangan yang jauh lebih besar dibandingkan masa sebelumnya (Halfon dkk., 2017).

Masa peralihan mempunyai tantangan tersendiri, sebagaimana ketika remaja memasuki fase dewasa awal akan mengalami penyesuaian pola kehidupan dan harapan sosial baru dalam diri mereka (Imanina & Suminar, 2022). Masa dewasa awal merupakan masa yang sulit dihadapi karena individu dituntut untuk memegang tanggung jawab besar dalam menuntaskan tugas perkembangan, mulai dari menyelesaikan masalah sendiri, menentukan masa depan, membentuk identitas diri, menata karier, membangun relasi sosial, hidup bersama pasangan, hingga mengelola rumah tangga (Santrock, 2018). Perubahan yang berlangsung selama masa ini turut memunculkan tekanan emosional, tuntutan, ketergantungan, pergeseran nilai kreativitas, serta proses adaptasi terhadap pola hidup baru (Putri, 2018), sehingga apabila terjadi secara konstan dapat memicu reaksi stres akibat beban psikologis yang berlebih dalam merespon semua emosi.

Realitanya, merealisasikan tugas perkembangan tidak selalu berjalan mulus, sebab masih banyak individu yang kesulitan hingga kebingungan dalam menghadapi kenyataan hidup. Manurung (2023) memaparkan bahwa dewasa awal kerap menghadapi kesulitan ketika menentukan pilihan terkait pekerjaan, kondisi finansial, rancangan hidup, relasi interpersonal, dan situasi lain terkait tugas perkembangan, sehingga berpotensi memunculkan perasaan ragu, putus asa, tidak pasti, hingga kekhawatiran yang mendalam. Banyaknya tuntutan tersebut kerap memunculkan emosi negatif seperti stres, yang menjadi indikator rendahnya tingkat kesejahteraan dalam diri seseorang. Semakin banyak tugas perkembangan yang harus dijalankan, semakin tinggi pula kebutuhan yang diperlukan untuk mencapai kesejahteraan hidup, baik secara fisik maupun psikis (Wulandari & Pohan, 2023). Dengan demikian, individu dewasa awal memerlukan kesadaran untuk memiliki *well-being* yang baik, salah satunya melalui konsep *subjective well-being* (Wardah & Jannah, 2023).

Subjective well-being (SWB) didefinisikan sebagai evaluasi subjektif individu terhadap kepuasan hidup serta afek yang muncul dalam berbagai peristiwa kehidupan, mencakup pengalaman positif maupun negatif secara menyeluruh (Diener dkk., 2018). Secara konseptual, SWB terdiri atas komponen kognitif berupa penilaian kepuasan hidup, serta komponen afektif yang menggambarkan perasaan dari keberadaan afek positif maupun afek negatif. Individu dengan tingkat SWB yang tinggi cenderung memiliki kapasitas optimal dalam mengelola emosi dan menyelesaikan permasalahan, sedangkan individu dengan SWB rendah cenderung sulit mengontrol emosi, memandang hidupnya tidak bahagia, dan rentan mengalami kecemasan, kemarahan, hingga stres.

Rendahnya *subjective well-being* pada dewasa awal telah ditemukan pada beberapa penelitian. Novianti (2022) mengungkapkan bahwa 7 dari 10 orang dewasa awal belum merasa puas terhadap *subjective well-being* mereka, sehingga menghambat produktivitas dan berdampak pada penurunan kualitas hidup. Sejalan dengan itu, Luhmann (2017) menemukan tingkat kepuasan hidup di Amerika Serikat cenderung menurun seiring bertambahnya usia selama masa dewasa awal. Lebih lanjut, Robinson (2019) mengungkapkan bahwa fase krisis yang berlangsung lama cenderung mengakibatkan dampak krusial *subjective well-being* yang menjadi rendah. Kondisi ini juga relevan

pada konteks Kota Surabaya sebagai metropolis terbesar kedua di Indonesia, dengan kepadatan penduduk mencapai 8.958 jiwa/km² (Badan Pusat Statistik Kota Surabaya, 2024). Mayoritas populasi didominasi oleh usia produktif 15-59 tahun sebanyak 66,16% dari total 3,02 juta jiwa (Databoks, 2025). Padatnya penduduk pada suatu wilayah ini beresiko mengalami tingginya tingkat stres dan tekanan hidup di setiap masing-masing individu (Erlinda, 2016 dalam Gunawan & Adriani, 2020).

Upaya meningkatkan *subjective well-being* pada dasarnya tidak terlepas dari berbagai faktor penentu, di antaranya kepribadian, relasi sosial, dukungan sosial, kondisi demografis, latar belakang budaya, hingga arah tujuan hidup (Wardah & Jannah, 2023). Relasi positif ditandai dengan adanya dukungan sosial serta kedekatan emosional, yang tidak hanya terjadi antarmanusia, tetapi juga dapat terjalin antara individu dengan hewan peliharaan (Soleha, 2025). Kehadiran hewan peliharaan mampu memberikan dukungan yang menghalangi respons negatif dalam diri pemiliknya (Nugraha dkk., 2024). Interaksi dengan hewan peliharaan terbukti mampu mereduksi emosi negatif sekaligus memunculkan afek positif sehingga berkontribusi pada peningkatan *subjective well-being* pemiliknya (Janssens dkk., 2021). Individu yang hidup berdampingan dengan hewan peliharaan, cenderung merasa dicintai dan diterima apa adanya, hingga mereka seringkali menganggap hewan peliharaannya sebagai teman ataupun keluarga (Amani, 2024).

Rakuten Insight (2021) melaporkan bahwa dari 97.000 responden di kawasan Asia memiliki motivasi utama dalam memelihara hewan yaitu untuk mengurangi stres (41%), serta keinginan mendapatkan teman dan rasa aman (36%). Selanjutnya, Intage Group (2023) melakukan survei kepemilikan hewan peliharaan di Indonesia, menunjukkan hasil jenis hewan peliharaan yang paling banyak dipelihara masyarakat Indonesia adalah kucing (56,5%), diikuti ikan (28,7%), burung (20,3%), anjing (7,4%), dan reptil (3,4%).

Berdasarkan fenomena memelihara hewan peliharaan, interaksi yang sering terjalin antara pemilik dengan hewan peliharaannya adalah memberi makan, memandikan hewan, merawat kesehatan, memeluk, membelai, hingga mengajak berkomunikasi. Adanya interaksi yang intens tersebut ditandai dengan kehangatan emosional dan kedekatan hingga menciptakan pola kelekatan tersendiri (Johnson dkk., 1992). Pola kelekatan antara pemilik dan hewan peliharaan dikenal sebagai *pet attachment*, yang awalnya berakar dari *attachment theory* milik Bowlby (1969). *Pet attachment* didefinisikan sebagai ikatan emosional yang kuat sekaligus interaksi aktif antara pemilik dengan hewan kesayangannya atau dapat dimaknai sebagai keterikatan emosional yang erat antara pemilik dan hewan peliharaan (Johnson dkk., 1992). Hewan peliharaan dapat dipandang sebagai figur *attachment*, sebab mereka selalu hadir dalam berbagai situasi di kehidupan pemiliknya, mempunyai naluri, tangkas, dan penuh kasih sayang (Levinson, 1969).

Pet attachment memberikan hubungan timbal balik di mana manusia membagikan rasa sayang dan perhatiannya, sementara hewan memberikan hiburan, kedekatan, dan dukungan bagi pemiliknya (Erliza & Atmasari, 2022). Semakin lama durasi kelekatan yang terjalin, individu cenderung merasa lebih tenang dan tingkat stres yang jauh lebih rendah, sebagaimana dibuktikan oleh Febriani (2021) pada komunitas pecinta kucing serta Juliadilla dan Hastuti (2018) pada pegawai purnatugas, membuktikan bahwa memelihara hewan peliharaan minimal 6 bulan, sangat efektif mengurangi tingkat stres menjadi rendah dan memberikan efek positif bagi kesehatan.

Meskipun demikian, hubungan antara pemilik dengan hewan peliharaan tidak selamanya bersifat positif. Carr dan Pendry (2022) menemukan bahwa individu dengan *pet attachment* tinggi sejak masa kecil dapat berisiko mengalami kecemasan saat perpisahan hingga mengganggu kehidupan akademiknya. Virgil dan Murti (2025) turut membuktikan bahwa dewasa awal yang memelihara hewan tetap rentan menghadapi sumber stres tambahan, seperti kekhawatiran ketika meninggalkan hewan peliharaan, beban biaya untuk kebutuhan hewan, dan tuntutan tanggung jawab dalam menjaga kebersihan tempat tinggal. Pemilik juga terkadang resah dan mengalami konflik dengan

lingkungan sekitar akibat perilaku hewan peliharaan yang mengganggu, seperti mengotori halaman, terlibat perkeltahan, menyemprot atau membuang kotoran secara sembarangan, dan bersifat agresif (Hall dkk., 2016).

Peneliti menemukan hasil yang beragam mengenai penelitian *pet attachment* terhadap *subjective well-being*. Pada penelitian Martens dkk (2016) ditemukan konsistensi hubungan positif antara *pet attachment* dengan *subjective well-being* lintas budaya di beberapa negara Eropa. Sementara, penelitian As'ari (2021) ditemukan korelasi positif antara *pet attachment* terhadap *subjective well-being* pemilik hewan yang sedang melakukan *Work From Home* selama pandemi. Namun sayangnya, penelitian As'ari memiliki kekurangan dalam dimensi variabel (*pet attachment*) karena tidak sesuai dengan alat ukur yang digunakan. Lebih lanjut, penelitian Mayasari (2018) ditemukan inkonsistensi mengenai tidak adanya perbedaan antara *subjective well-being* pada individu yang tinggal jauh dari keluarganya dengan meninjau melalui kepemilikan hewan peliharaan.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian mengenai *pet attachment* telah banyak diteliti, namun kajian yang secara khusus menjelaskan peran *pet attachment* serta meninjau *subjective well-being* masih sangat terbatas dan diperlukan penelusuran lebih lanjut terkait pada konteks kepemilikan hewan peliharaan yang memasuki masa dewasa awal, di samping dengan adanya perbedaan tingkat *subjective well-being* pada tiap daerah. Perbedaan penemuan dari penelitian mengenai *pet attachment* ini juga dapat diteliti untuk memahami secara spesifik terkait peran *pet attachment* dan *subjective well-being* di Kota Surabaya.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner yang berisi *informed consent*, data demografis, dan instrumen penelitian. Kuesioner disebarikan melalui berbagai *platform* media sosial dengan berbentuk tautan *google form*.

Partisipan

Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Penggunaan teknik *non-probability sampling* menekankan pada kriteria khusus yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria partisipan meliputi 1) Berusia 18-25 tahun; 2) Memiliki hewan peliharaan yang dirawat secara mandiri minimal selama 1 tahun dan sering berinteraksi (mengajak bermain, mengelus, mengobrol, dan sebagainya); 3) Berdomisili Kota Surabaya. Penentuan jumlah sampel penelitian menggunakan bantuan *software* G*Power 3.1.9.4 pada analisis *linear multiple regression: fixed model, R² deviation from zero* dengan *effect size* ($f^2 = 0,20$); *error probability* ($\alpha = 0,05$); *power* ($1-\beta = 0,95$); dan *number of predictor* = 1 sehingga diperoleh kebutuhan minimal sampel sebanyak 67 partisipan.

Pengukuran

Penelitian ini mengukur variabel *pet attachment* dengan menggunakan alat ukur “*The Lexington Attachment to Pet Scale*” milik Johnson dkk (1992) diadaptasi oleh Duma (2022) ke dalam bahasa Indonesia. LAPS terdiri dari 23 aitem yang terbagi ke dalam aitem *favorable* dan *unfavorable* dengan 4 pilihan jawaban (0 = Sangat Tidak Setuju hingga 3 = Sangat Setuju). Untuk mengukur variabel *subjective well-being* menggunakan dua alat ukur yang mengacu pada komponen kognitif dan afektif. Komponen kognitif diukur dengan “*Satisfaction with Life Scale*” milik Diener dkk (1985) yang menggunakan versi asli dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia melalui situs resmi (eddiener.com). SWLS terdiri dari 5 aitem dengan 7 pilihan jawaban (1 = Sangat Tidak Setuju hingga 7 = Sangat Setuju). Komponen afektif diukur dengan “*Scale of Positive and Negative Experience*” milik Diener dkk (2009) yang diadopsi lebih lanjut oleh Lestari (2023). SPANE terdiri

dari 12 aitem (6 aitem afek positif dan 6 aitem afek negatif) dengan 5 pilihan jawaban (1 = Tidak Pernah hingga 5 = Sangat Sering).

Uji validitas untuk alat ukur LAPS menggunakan *Content Validity Index* (CVI) melalui *expert judgment* yang dilakukan oleh Duma (2022), serta menunjukkan hasil penerjemahan yang akurat dan sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia. Hasil analisis reliabilitas dengan teknik *Cronbach's Alpha* menunjukkan bahwa alat ukur LAPS memiliki reliabilitas yang sangat baik ($\alpha = 0,904$).

Uji validitas untuk alat ukur SWLS dan alat ukur SPANE mengacu pada penelitian Lestari (2023) menggunakan Korelasi Bivariate Pearson yang menunjukkan hasil koefisien berkisar antara 0,637-0,911 (SWLS), 0,793-0,883 (SPANE-P), dan 0,744-0,885 (SPANE-N). Hasil analisis reliabilitas dengan teknik *Cronbach's Alpha* menunjukkan bahwa alat ukur SWLS sebesar $\alpha = 0,872$, SPANE-P sebesar $\alpha = 0,911$, dan SPANE-N sebesar $\alpha = 0,884$. Seluruh alat ukur tersebut berada dalam tingkat validitas yang signifikan dan memiliki kategori reliabilitas sangat baik.

Analisis Data

Teknik uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linear sederhana untuk melihat peran variabel *pet attachment* terhadap *subjective well-being*. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti terlebih dahulu melakukan analisis statistik deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran umum mengenai karakteristik subjek penelitian. Selain itu, peneliti melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, uji linearitas melalui *scatterplot*, dan uji heteroskedastisitas. Seluruh proses analisis data dilakukan dengan *software* Jamovi versi 2.7.26.

HASIL PENELITIAN

Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa 170 partisipan pemilik hewan peliharaan berdomisili di Kota Surabaya yang terdiri dari 35 laki-laki dan 135 perempuan. Mayoritas partisipan berumur 22 tahun dengan persentase 41,8% dan 21 tahun dengan persentase 25,3%. Adapun mayoritas jenis hewan yang dipelihara partisipan adalah kucing dengan persentase 65,3%. Berdasarkan ras hewan peliharaan yang paling banyak dipelihara oleh pemilik hewan adalah Non-Ras (lokal/campuran) dengan persentase 60,6%. Berdasarkan jumlah hewan peliharaan, partisipan cukup banyak memiliki > 1 hewan peliharaan (56,5%) dibandingkan hanya 1 hewan peliharaan saja (43,5%). Selanjutnya, durasi memelihara yang paling lama dipelihara oleh pemilik didominasi dengan durasi > 3 tahun (38,2%) dan durasi memelihara selama 2 tahun (31,2%). Selain itu, pemilik lebih sering berinteraksi bersama hewan peliharaanya dengan persentase 84,7%. Hasil analisis data deskriptif seluruh variabel pada penelitian ini mencakup variabel *pet attachment* memiliki nilai ($M = 55,4$; $SD = 6,72$; $Min = 21$; $Max = 67$; $Skewness = -1,55$; $Kurtosis = 4,60$), variabel *subjective well-being* memiliki besaran nilai ($M = 50,0$; $SD = 24,2$; $Min = -35$; $Max = 93$; $Skewness = -0,708$; $Kurtosis = 0,479$).

Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal berdasarkan uji *Kolmogorov-Smirnov* (statistik = 0,0730; $p = 0,325$), pola sebaran *scatterplot* memiliki hubungan linear positif antara *pet attachment* terhadap *subjective well-being*, serta tidak menunjukkan gejala heteroskedastisitas berdasarkan uji *Breusch-Pagan* (statistik = 0,286; $p = 0,593$). Terpenuhinya seluruh asumsi tersebut, analisis regresi linear sederhana dapat dilanjutkan.

Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara *pet attachment* dan *subjective well-being* ($F = 4,72$; $df1 = 1$; $df2 = 168$; $p = 0,031$) dengan nilai koefisien determinasi (R^2) = 0,0273, yang berarti variabel *pet attachment* mampu menjelaskan 2,73% dari variasi *subjective well-being* pada dewasa awal, sedangkan 97,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil model koefisien persamaan regresi menunjukkan bahwa *pet attachment* secara positif memprediksi *subjective well-being* ($b = 0,595$; $SE = 0,274$; $t = 2,17$; $p = 0,031$) dengan nilai konstanta (*intercept*) sebesar 17,006. Persamaan

regresi yang diperoleh $Y = 17,006 + 0,595X$ artinya setiap kenaikan 1 poin pada variabel *pet attachment* akan meningkatkan *subjective well-being* sebesar 0,595 poin. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) penelitian ini ditolak karena *pet attachment* berperan signifikan terhadap peningkatan *subjective well-being* pada dewasa awal di Kota Surabaya.

Penelitian ini juga menambahkan uji beda dengan *Independent T-Test* serta *One Way ANOVA* untuk melihat perbedaan tingkat *subjective well-being* berdasarkan jumlah hewan peliharaan, intensitas berinteraksi, ras hewan, dan durasi memelihara hewan peliharaan. Hasil uji *Independent T-Test* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada *subjective well-being* berdasarkan jumlah hewan peliharaan ($p = 0,260$) maupun intensitas berinteraksi ($p = 0,601$). Demikian pula, hasil uji *One Way ANOVA* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada *subjective well-being* berdasarkan ras hewan peliharaan ($p = 0,228$) maupun durasi memelihara hewan ($p = 0,115$).

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *pet attachment* terhadap *subjective well-being* pada dewasa awal di Kota Surabaya. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *pet attachment* berperan signifikan ke arah positif terhadap *subjective well-being* dewasa awal ($R^2 = 0,0273$; $\alpha = 17,006$; $b = 0,595$; $p = 0,031$), sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima. Persamaan regresi $Y = 17,006 + 0,595X$ menunjukkan setiap kenaikan 1 poin *pet attachment* dapat meningkatkan *subjective well-being* sebesar 0,595 poin. *Pet attachment* hanya mampu menjelaskan 2,73% variasi dari *subjective well-being* pada dewasa awal, sedangkan 97,3% variasi *subjective well-being* lainnya dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Luhmann dan Kalitzki (2018) yang menunjukkan bahwa *pet attachment* dapat berkontribusi positif terhadap kepuasan hidup dan suasana hati pemiliknya. McConnell dkk (2019) juga menyebutkan bahwa kehadiran hewan peliharaan mampu memberikan sumber dukungan sosial sekaligus mengurangi dampak negatif dari penolakan sosial. Meskipun demikian, hasil ini juga mempertimbangkan temuan Peacock dkk (2012) bahwa *pet attachment* yang terlalu intens justru dapat memberikan peran kontribusi rendah terhadap peningkatan *subjective well-being*, akibat kurangnya ikatan bermakna antarmanusia ketika pemilik terlalu banyak menghabiskan waktu maupun terikat secara emosional dengan hewan peliharaannya.

Lebih lanjut, walaupun *pet attachment* hanya mampu menjelaskan 2,73% variasi dari *subjective well-being*, hasil ini masih tetap konsisten dengan penelitian terdahulu yang membuktikan adanya kontribusi peran *pet attachment* terhadap *subjective well-being* dewasa awal. Kecilnya kontribusi ini dapat dijelaskan karena kebutuhan dukungan dari sesama manusia tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh kehadiran hewan peliharaan. Sejalan dengan hal tersebut, Webb dkk (2019) menjelaskan bahwa kedekatan dengan hewan peliharaan hanya menyumbang afek positif bagi pemiliknya, sementara *subjective well-being* juga mencakup dari komponen kognitif (kepuasan hidup). Individu cenderung memiliki tingkat afeksi positif dan kepuasan hidup yang lebih rendah di masa dewasa awal ini. Maka dari itu, individu lebih mengaitkan rasa kesejahteraan hidupnya dengan faktor utama berupa kesehatan, pekerjaan, serta hubungan yang dapat meningkatkan kepuasan hidup mereka (Bojanowska dan Zalewska, 2016). Selain itu, peran *pet attachment* terhadap *subjective well-being* dewasa awal ini memiliki sifat yang kompleks, karena ikatan individu dapat lebih besar dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti status pernikahan, kondisi ekonomi, jenis tempat tinggal, dan dukungan sosial.

Konteks penelitian pada kondisi Kota Surabaya sebagai kota metropolitan terbesar kedua di Indonesia turut memberikan gambaran hasil dengan kategori sedang terhadap *subjective well-being* dewasa awal. Wong dkk (2019) menjelaskan bahwa dewasa awal yang tinggal di perkotaan padat penduduk, cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan

tempat tinggalnya. Pemberian peran hewan peliharaan mampu membawa manfaat lebih besar dibandingkan individu yang tidak memelihara hewan peliharaan. Zhao dkk (2025) juga turut membuktikan bahwa hewan peliharaan dapat menyumbangkan manfaat positif terhadap kesejahteraan psikososial pemiliknya, termasuk dalam relasi dengan lingkungan sekitarnya.

Partisipan penelitian ini merupakan dewasa awal berusia 18-25 tahun. Individu pada usia ini mulai memasuki masa yang penuh dengan eksperimen dan eksplorasi diri, di mana individu dituntut menyelesaikan tugas perkembangannya secara mandiri, seperti memecahkan masalah sendiri, menentukan masa depan, mencari identitas diri, menata karir, hingga membangun relasi sosial. Pada saat melakukan semua tugas tersebut, individu tidak terlepas dari pengalaman negatif dan kurangnya kepuasan hidup yang akan ditemuinya, sebab masa dewasa awal adalah fase yang ditandai oleh ketidakstabilan dalam berbagai aspek kehidupan yang sering kali memicu stres dan kecemasan (Santrock, 2023). Maka dari itu, ketika interaksi dan dukungan antar manusia tidak terpenuhi, kehadiran hewan peliharaan tersebutlah yang dapat menjadi alternatif untuk memberikan peningkatan *subjective well-being* individu, dikarenakan hewan peliharaan memiliki kemampuan dalam menggantikan peran manusia.

Temuan ini diperkuat oleh Luhmann dan Kalitzki (2018) yang membuktikan bahwa hewan peliharaan mampu berperan sebagai figur pengganti manusia dalam meningkatkan *subjective well-being* individu, sebagaimana banyak pemilik yang memandang hewan peliharaannya sebagai anggota keluarga, teman, maupun pengganti sosok tertentu dalam hidupnya, serta sebagai sumber dukungan emosional, rasa nyaman, dan tempat berlindung ketika diperlukan (Aruah dkk., 2019).

Hasil uji tambahan menunjukkan tidak ditemukan perbedaan signifikan pada *subjective well-being* berdasarkan durasi memelihara, intensitas berinteraksi, ras hewan, maupun jumlah hewan peliharaan. Hal ini menjelaskan bahwa tidak adanya hasil signifikan pada perbedaan tersebut menunjukkan tingkat *subjective well-being* pemilik tidak bersangkutan dengan hewan peliharaan yang dipelihara oleh dewasa awal. Meskipun tidak terdapat perbedaan, hewan peliharaan masih tetap mampu memberikan kehadiran aktif yang membuat pemilik lebih merasakan kelekatan dengan hewan kesayangannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat peran positif signifikan antara *pet attachment* terhadap *subjective well-being* pada dewasa awal di Kota Surabaya ($b = 0,595$; $p < 0,05$). Lebih lanjut, kontribusi peran yang diberikan *pet attachment* terhadap *subjective well-being* pada dewasa awal tergolong sangat kecil dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,0273 ($p = 0,031$), yang menunjukkan hanya 2,73% variasi dari *subjective well-being* dapat dijelaskan oleh *pet attachment*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si., Psikolog sebagai dosen pembimbing penulis, orang tua, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Novia Ramadhanis dan Dewi Retno Suminar tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, maupun menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Amani, C. N. (2024). Hubungan pet attachment dengan happiness pada komunitas pecinta kucing di Kota Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Aruah, D. E., Ezeh, V. O., & Tom, C. I. (2019). Relationship between Pet Ownership, Pet Attachment and Decision to Have Children among Single People in the United States: A Need for Flexible Child Care Facilities in the United States. *Open Journal of Social Sciences*, 7(1), 15-30. <https://doi.org/10.4236/jss.2019.79002>
- As'ari, Z. Q. (2021). Hubungan pet attachment terhadap subjective well-being pemilik hewan saat pandemic. In *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS* (Vol. 4).
- Badan Pusat Statistik Kota Surabaya (2024, 30 September). Statistik Daerah Kota Surabaya 2024. Diakses pada 22 September 2025 dari <https://surabayakota.bps.go.id/id/publication/2024/09/30/a48c3d7be632044ceea0bcbc/statistik-daerah-kota-surabaya-2024.html>
- Bojanowska, A., & Zalewska, A. M. (2016). Lay understanding of happiness and the experience of well-being: Are some conceptions of happiness more beneficial than others?. *Journal of Happiness Studies*, 17(2), 793-815. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9620-1>
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol 1. Attachment. New York: Basic Books.
- Carr, A. M., & Pendry, P. (2022). Understanding Links Between College Students' Childhood Pet Ownership, Attachment, and Separation Anxiety During the Transition to College. *Anthrozoös*, 35(1), 125–142. <https://doi.org/10.1080/08927936.2021.1963545>
- Databoks (2025, 12 April). Jumlah Penduduk Kota Surabaya 3,02 Juta Jiwa Data per 2024. Diakses pada 22 September 2025 dari <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/f16e2318ee4c018/jumlah-penduduk-kota-surabaya-3-02-juta-jiwa-data-per-2024>
- Diener, B. (2023). *Satisfaction with Life Scale* (SWLS). Ed Diener. <https://eddiener.com/scales/7>
- Diener, E. (2023). *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE). Ed Diener. <https://eddiener.com/scales/8>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa490113>
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of psychology*, 39(4), 391-406. <https://doi.org/10.1177/00812463090390040>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2018). Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Duma, T. G. K. (2022). Pengaruh pet attachment dan dukungan sosial terhadap stres pada dewasa awal selama pandemi covid-19. *Berajah Journal*, 2(2), 337-346.
- Erlinda, A. (2016). Hubungan kesesakan dengan tingkat stres pada penghuni rumah susun pekunden semarang. (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Semarang).
- Erliza, Y., & Atmasari, A. (2022). Pengaruh Pet Attachment Terhadap Happiness Pada Pemilik Hewan Peliharaan di Kecamatan Sumbawa. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 5(1), 54-62. <https://doi.org/10.36761/jp.v5i1.1597>
- Febriani, A. A. (2021). Hubungan Antara Kelekatan Terhadap Kucing Peliharaan Dengan Stres Di masa Pandemi Covid. (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Aisyiyah Yogyakarta).
- Gunawan, S. P., & Adriani, M. (2020). Obesitas Dan Tingkat Stres Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Kelurahan Klampis Ngasem, Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 15(2), 119-126. <https://doi.org/10.204736/mgi.v15i2.119-126>
- Halfon, N., Forrest, C. B., Lerner, R. M., Faustman, E. M., Tullis, E., & Son, J. (2017). Life course research

- agenda (LCRA), version 1.0. In *Handbook of life course health development* (pp. 623-645). Cham: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-47143-3>
- Hall, C. M., Adams, N. A., Bradley, J. S., Bryant, K. A., Davis, A. A., Dickman, C. R., & Calver, M. C. (2016). Community attitudes and practices of urban residents regarding predation by pet cats on wildlife: an international comparison. *PloS one*, 11(4) <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0151962>
- Imanina, F. N., & Suminar, D. R. (2022). Hubungan antara pet attachment dengan kesepian pada dewasa awal lajang yang merantau. *Buletin riset psikologi dan kesehatan mental (BRPKM)*, 2(1), 315-323. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31967>
- Janssens, M., Eshuis, J., Peeters, S., Lataster, J., Reijnders, J., Enders-Slegers, M. J., & Jacobs, N. (2020). The Pet-Effect in Daily Life: An Experience Sampling Study on Emotional Wellbeing in Pet Owners. *Anthrozoös*, 33(4), 579-588. <https://doi.org/10.1080/08927936.2020.1771061>
- Janssens, M., Janssens, E., Eshuis, J., Lataster, J., Simons, M., Reijnders, J., & Jacobs, N. (2021). Companion Animals As Buffer Against The Impact Of Stress On Affect: An Experience Sampling Study. *Animals*, 11(8), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ani11082171>
- Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). Psychometric Evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS). *Anthrozoös*, 5(3), 160-175. <https://doi.org/10.2752/089279392787011395>
- Juliadilla, R., & Hastuti H., S. C. (2018). Peran Pet (Hewan Peliharaan) Pada Tingkat Stres Pegawai Purnatugas. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 153-175. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1488>
- Lestari, I. A. (2023). Hubungan Antara Perspektif Waktu Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Lansia Yang Kehilangan Pasangan Hidup. (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga).
- Levinson, B. M. (1969). *Pet-Oriented Child Psychotherapy*. Springfield: Illinois.
- Luhmann, M. (2017). The development of subjective well-being. In *Personality development across the lifespan* (pp. 197-218). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-804674-6.00013-2>
- Luhmann, M., & Kalitzki, A. (2018). How animals contribute to subjective well-being: A comprehensive model of protective and risk factors. *The Journal of Positive Psychology*, 13(2), 200-214. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1257054>
- Manurung, J. D., & Simarmata, N. I. P. . (2023). Pengaruh Quarter Life Crisis terhadap Subjective Well-Being pada Dewasa Awal di Kota Medan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 15966–15973. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.8894>
- Martens, P., Enders-Slegers, M. J., & Walker, J. K. (2016). The emotional lives of companion animals: Attachment and subjective claims by owners of cats and dogs. *Anthrozoös*, 29(1), 73-88. <https://doi.org/10.1080/08927936.2015.1075299>
- Mayasari, R. (2018). Perbedaan Tingkat Kesepian dan Kesejahteraan Subjektif Pada Individu yang Tinggal Jauh Dari Keluarga Ditinjau Melalui Kepemilikan Hewan Peliharaan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 23-29. <https://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4523>
- McConnell, A. R., Paige Lloyd, E., & Humphrey, B. T. (2019). We Are Family: Viewing Pets as Family Members Improves Wellbeing. *Anthrozoös*, 32(4), 459-470. <https://doi.org/10.1080/08927936.2019.1621516>
- Novianti, R. R. (2022). Hubungan Perilaku Altruistik Dengan Subjective Well Being Pada Usia Dewasa Awal. (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana).
- Nugraha, E. R. L., Usman, I., & Husnaini, R. (2024). Studi eksploratif kelekatan dengan hewan peliharaan dalam mengatasi stres pada dewasa awal pemilik anjing dan kucing di Kota Bandung. *INSPIRATIF: Journal of Education Psychology*, 3(1), 39-47. <https://jurnal.yoii.ac.id/index.php/inspiratif>
- Peacock, J., Chur-Hansen, A., & Winefield, H. (2012). Mental health implications of human attachment to companion animals. *Journal of Clinical Psychology*, 68, 292-303. <https://doi.org/10.1002/jclp.20866>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Raka, B. L. (2024, 29 Maret). Survei Intage: Orang Indonesia Rata-Rata Habiskan Rp1,41 Juta Sebulan buat Si "Anabul". Diakses 31 Agustus 2025 dari <https://goodstats.id/article/survei-intage-orang-indonesia-rata-rata-habiskan-rp1-41-juta-sebulan-buat-s>

i-anabul-nlh73

- Rakuten Insight. (2021, 27 Februari). Pet Ownership in Asia. Diakses pada 22 September 2025 dari <https://insight.rakuten.com/pet-ownership-in-asia/>
- 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. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- Santrock, J.W. (2018). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2023). *Life-Span Development (19th ed)*. New York: McGraw-Hill.
- Soleha, D. P. (2025) Hubungan Antara Pet Attachment dan Coping Stress dengan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung).
- Virgil, B. A. E., & Heru Astikasari Setya Murti. (2025). Uncovering Pet Attachment: Dampaknya Pada Kesehatan Mental Mahasiswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 1341-1352. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7099>
- Wardah, N. A., & Jannah, M. (2023). Representasi subjective well-being pada dewasa awal. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 232-242. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i2.53199>
- Webb, L. E., Veenhoven, R., Harfeld, J. L., & Jensen, M. B. (2019). What is animal happiness?. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1438(1), 62-76. <https://doi.org/10.1111/nyas.13983>
- Wong, P. W. C., Yu, R. W. M., & Ngai, J. T. K. (2019). Companion Animal Ownership and Human Well-Being in a Metropolis-The Case of Hong Kong. *International journal of environmental research and public health*, 16(10), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101729>
- Wulandari, S. A., & Pohan, H. D. (2023). Pet Attachment dan Psychological Well-being pada Pemilik Kucing. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(2), 60-67. <https://doi.org/10.26858/jtm.v3i2.52145>
- Zhao, J., Koohsari, M. J., Li, J., Luo, Y., Kaczynski, A. T., McCormack, G. R., Oka, K., & Hanibuchi, T. (2025). Beyond companionship: psycho-social benefits of pet ownership. *BMC public health*, 25(1), 2320. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23464-y>