

BAB I.

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu mengalami berbagai tahapan perkembangan dalam perjalanan melalui kehidupan, mulai dari bayi, anak-anak, remaja, dewasa hingga lanjut usia. Setiap tahapan perkembangan yang dijalani memiliki karakteristik, tuntutan, dan tugas perkembangannya sendiri. Masa dewasa awal merupakan masa perkembangan yang mulai dari usia 18 tahun hingga 40 tahun, pada masa dewasa awal ini mencerminkan tahap awal dalam perjalanan setiap manusia, dimana mereka beradaptasi dengan pola kehidupan baru dan harapan sosial yang berbeda, yang mana pada tahun awal masa dewasa akan banyak masalah-masalah baru yang harus dihadapi, hal ini ditemukan bahwa dewasa awal juga merupakan periode yang rentan terhadap *stress*, depresi, kesepian, dan ketidakpuasan hidup akibat tantangan-tantangan yang dihadapi dalam situasi menuju kedewasaan (Hurlock, 2001). Ciri individu dewasa awal ditandai dengan periode pengaturan, masa ini juga dihadapkan pada masalah baru yang berbeda dari yang sebelumnya dialami, termasuk ketegangan emosional, meskipun sedikit banyak individu dapat mengatasi masalah tersebut dengan lebih stabil. Keterasingan sosial meningkat karena semangat bersaing dan keinginan untuk maju dalam karir. Selain itu, individu dewasa memiliki kebebasan dari aturan orang tua atau pihak otoriter lainnya, memungkinkan untuk mengekspresikan kreativitas sesuai minat dan kemampuan masing-masing. Ketika telah mencapai kedewasaan, individu mulai memiliki tanggung

jawab dan komitmen sendiri, meskipun masih ada ketergantungan pada orang lain (Hurlock, 2001).

Menurut Havighurst (1953; Hurlock, 2001) tugas-tugas perkembangan dewasa awal ditandai dengan yang pertama mendapatkan pekerjaan, individu dewasa awal yang telah menyelesaikan pendidikannya akan berusaha untuk meniti karir sesuai minat dan bakatnya, serta memastikan masa depan finansial yang stabil, dengan penghasilan yang memadai, individu tersebut dapat membangun kehidupan ekonomi (Hurlock, 2001), tugas perkembangan kedua adalah membangun keintiman, ini merupakan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan dengan orang lain, pada periode ini individu dewasa awal mulai untuk membangun keintiman karena dewasa awal telah dituntut untuk berpasangan dan memiliki keluarga (Hurlock, 2001), tugas perkembangan ketiga adalah menerima tanggung jawab sebagai warga negara, pada tugas perkembangan ini individu di usia dewasa awal mulai memahami peran mereka dalam struktur sosial dan bertanggung jawab terhadap konsekuensi dari tindakan yang dilakukan, baik terhadap diri sendiri maupun masyarakat. Individu dewasa awal menyadari pentingnya kepatuhan terhadap norma dan nilai yang berlaku, serta menjalankan peran sebagai anggota masyarakat yang produktif, dan mulai bergabung dalam suatu komunitas atau kelompok sosial yang sesuai dengan nilai-nilainya, pada dasarnya setiap individu mempunyai nilai-nilai dan paham yang berbeda satu sama lain. Pada masa ini seorang individu akan mulai mencari orang-orang atau kelompok yang mempunyai paham yang sama atau serupa dengan dirinya (Putri, 2018).

Bergabung dengan sebuah kelompok atau sebuah komunitas yang sesuai dengan nilai-nilai dirinya, menjadi salah satu hal untuk memenuhi salah satu tugas perkembangan dewasa awal, kelompok atau komunitas yang tepat menawarkan ruang bagi individu untuk berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki minat dan nilai yang sama, sehingga menciptakan lingkungan yang mendukung pertukaran ide, pengalaman, dan dukungan emosional (Lauer *et al.*, 2024). Keterlibatan dalam komunitas yang sejalan dengan nilai pribadi dapat memperkuat rasa memiliki dan memberikan peluang bagi individu untuk berkembang secara sosial, bergabung dengan komunitas membantu individu meningkatkan keterampilan sosial dan membangun relasi melalui komunikasi antar anggota dan kolaborasi (Brunelli *et al.*, 2016). Secara emosional, keterlibatan dalam komunitas memungkinkan individu untuk berkembang, termasuk dalam mengekspresikan perasaan, karena dalam komunitas, individu merasa lebih bebas untuk menunjukkan perasaan mereka, seperti kegembiraan dan *happiness*, tanpa takut dihakimi, hal inilah yang memfasilitasi pengembangan emosional. Selain itu, keterlibatan komunitas juga berhubungan dengan kemampuan individu untuk memahami dan berempati terhadap satu sama lain. Terdapat bentuk-bentuk komunitas, yakni, komunitas belajar, komunitas global, komunitas bisnis, dll (Paik *et al.*, 2024).

Salah satu dari bentuk komunitas adalah Komunitas Pecinta Kucing Jember (KPKJ), komunitas ini memberikan akses kepada individu untuk terlibat dalam berbagai kegiatan yang berfokus pada pengetahuan perawatan dan perlindungan kucing, serta partisipasi dalam acara yang mempertemukan sesama pecinta dan

pemelihara kucing, ini tidak hanya memberikan rasa memiliki, tetapi juga memperluas jaringan sosial dan peluang untuk berkolaborasi dalam kegiatan yang bermakna, seperti penyelamatan hewan, adopsi, dan edukasi tentang kucing. Secara sosial, alasan menjadi bagian dari komunitas ini adalah karena bergabung dengan komunitas seperti KPKJ memberikan kesempatan kepada pecinta kucing untuk merasa diterima dengan orang-orang yang memiliki minat serupa. Alasan lainnya adalah kebutuhan untuk membangun relasi di antara sesama pecinta kucing. Selain itu, secara emosional komunitas ini sering menjadi tempat dimana anggota merasa diterima tanpa penilaian, memungkinkan mereka berbagi cerita menyenangkan dan tantangan yang mereka alami dalam merawat kucing. Keberadaan komunitas ini membantu mengurangi perasaan kesepian, memberikan rasa kebersamaan, dan memperkuat ikatan sosial. Lebih lanjut mengenai kucing peliharaan mereka, keterlibatan dalam komunitas memberikan pemilik kucing kesempatan untuk belajar lebih banyak tentang cara merawat dan memahami kebutuhan kucing. Hal ini bisa terjadi karena komunitas menyediakan ruang untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan tantangan yang dihadapi oleh anggota dalam merawat kucing. Melalui diskusi dan interaksi dengan sesama pecinta kucing, pemilik bisa mendapatkan informasi yang lebih dalam tentang perilaku, kebutuhan fisik, dan emosional kucing, serta bagaimana cara memenuhi kebutuhan tersebut secara lebih efektif, yang pada gilirannya memperkuat ikatan emosional antara pemilik dan hewan peliharaannya. Pemilik yang terlibat dalam komunitas ini akan semakin sadar akan pentingnya memenuhi kebutuhan

emosional kucing mereka. Dimana, individu pemilik kucing akan belajar bagaimana memberi perhatian yang cukup, menjaga kenyamanan dan keamanan kucing, serta menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan kucing. Semakin pemilik mengerti cara memenuhi kebutuhan tersebut, semakin mereka dapat membentuk hubungan yang lebih dalam dengan kucing mereka (Johnson *et al.*, 1992; Tribudiman *et al.*, 2021).

Secara umum, menurut Hinkert (2013) terdapat karakteristik khusus dari individu yang memelihara hewan di antaranya, individu yang memelihara hewan lebih banyak mengalami perasaan positif daripada perasaan negatif berdasarkan tindakan-tindakan yang diperlihatkan oleh hewan peliharaannya, individu yang memelihara hewan mengalami kesenangan lebih tinggi dan lebih banyak melakukan kegiatan sosial, ini ditunjukkan dengan lebih sering berbicara dengan teman-teman serta melaporkan melakukan lebih banyak hal dengan teman-teman sesama pecinta hewan, sehubungan dengan itu pula terdapat individu yang sebelumnya memiliki sedikit kontak sosial dan merasakan kesepian, tetapi ketika memiliki hewan peliharaan dalam hidup memungkinkan dapat membantu mengurangi perasaan kesepian tersebut. Individu yang memelihara hewan pula memandang hidup bermakna, merasa lebih diterima secara sosial dan lebih banyak emosi positif, dimana hewan peliharaan memberikan cinta tanpa syarat dan menjaga mereka tetap hangat. Merawat hewan peliharaan menciptakan kebutuhan untuk bertindak lebih bertanggung jawab dan membuat keputusan yang lebih baik, tidak hanya untuk hidupnya sendiri tetapi juga makhluk hidup lain (Joseph *et al.*, 2019).

Lalu, kembali pada konteks perkembangan, melaksanakan tugas perkembangan sangatlah penting dalam proses perkembangan individu terutama dewasa awal, yang memungkinkan individu untuk tumbuh secara sosial, emosional, dan psikologis, Tugas perkembangan tersebut perlu dipenuhi agar seseorang dapat beradaptasi dengan baik terhadap tantangan-tantangan hidup pada setiap fase perkembangan (Hurlock, 2001). Havighurst juga menjelaskan bahwa keberhasilan dalam melaksanakan tugas perkembangan ini akan menghasilkan rasa puas, keberhasilan dalam tugas perkembangan memberikan perasaan berhasil (*success*) dan *happiness* bagi individu, hal ini dikarenakan mencapai *happiness* adalah tujuan terakhir dalam kehidupan manusia, dimana *happiness* akan terus ada selama masa perkembangan berlangsung (Hurlock, 2001). Individu yang mampu menyelesaikan tugas perkembangannya akan berdampak besar bagi penyelesaian tugas perkembangan berikutnya (Santrock, 2017). Sebaliknya, kegagalan dalam mengeksekusi tugas perkembangan mengakibatkan pada ketidakbahagiaan dan mengacaukan tugas perkembangan yang akan di hadapi di masa perkembangan mendatang, karena ketidakbahagiaan seperti halnya kebiasaan, dimana semakin dalam berakar dan berkepanjangan maka semakin sulit diubah (Hurlock, 2001).

Happiness memiliki peran penting dalam kehidupan, karena dapat mempengaruhi kualitas hidup, pencapaian tujuan, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lyubomirsky *et al.* (2005) *happiness* dapat meningkatkan kesehatan mental dan fisik seseorang, karena individu yang bahagia lebih cenderung memiliki keseimbangan emosional yang

baik, lebih optimis, serta memiliki kemampuan untuk mengatasi stres dengan lebih efektif. Selain itu, *happiness* juga mendorong individu untuk lebih terlibat dalam aktivitas produktif dan kreatif, meningkatkan hubungan sosial yang positif, dan memperkuat keterikatan sosial dengan orang lain (Diener *et al.*, 2015). *Happiness* juga terkait erat dengan peningkatan kesejahteraan emosional dan fisik, serta membantu individu untuk beradaptasi dengan lebih baik terhadap tantangan hidup disetiap periode perkembangan. *Happiness* mendorong individu untuk menetapkan tujuan yang lebih realistis dan memotivasi mereka untuk bekerja keras mencapainya (Diener *et al.*, 2015). Achor (2010) juga menekankan bahwa *happiness* menciptakan efek positif yang dapat memperkuat rasa percaya diri, kreativitas, dan kemampuan untuk mengatasi stres. Oleh karena itu, *happiness* tidak hanya penting bagi kesejahteraan emosional tetapi juga mendukung individu dalam mencapai tujuan hidup yang lebih jelas dan lebih sesuai dengan nilai-nilai pribadi mereka. Dengan *happiness*, individu lebih mampu mengelola waktu dan energi mereka untuk mencapai potensi terbaik, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional (Seligman, 2012).

Happiness adalah 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 landasan bagi seseorang untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kehidupan yang bermakna, dalam hal ini setiap manusia memiliki tujuan akhir dari segala aktivitas dan segala daya upaya dalam hidup manusia. Terdapat beberapa aspek

happiness yang dikemukakan oleh Seligman (2005), yakni *Positive emotion* mengacu pada perasaan atau emosi positif yang dirasakan, yang mencerminkan pengalaman hidup yang menyenangkan. *Engagement* merujuk pada kemampuan individu untuk sepenuhnya terlibat dalam aktivitas-aktivitas yang sedang dijalani. *Positive Relationships* merujuk pada hubungan yang baik dengan individu lain, yang memberikan dukungan sosial dan kasih sayang. *Meaning* mengacu pada pemahaman akan tujuan hidup dan makna yang dalam dalam aktivitas sehari-hari, dan *Accomplishment* adalah pencapaian tujuan dan rasa pencapaian, berhubungan dengan kemampuan individu dalam melakukan sesuatu yang mengarah pada pencapaian *happiness* (Seligman, 2005; Arif, 2016).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal, berdasarkan aspek *positive emotion* didapatkan bahwa dewasa awal merasa senang, puas dan gembira dengan kehidupan yang dijalani saat ini, perasaan tersebut yang terwujud ketika dapat menikmati momen-momen kecil dalam hidup, diperoleh dari interaksi sehari-hari yang menyenangkan, seperti saat bercengkrama dengan teman-teman atau keluarga, menikmati hobi, bermain dengan hewan peliharaan, dan bahkan dari kegiatan sederhana yang dilakukan, momen-momen sederhana ini membawa perasaan tenang dan senang, memberikan rasa syukur atas kehidupan sehari-hari yang dijalani, dewasa awal mengatakan merasa bahagia ketika melibatkan diri secara penuh, fokus dan menikmati kegiatan yang dilakukan, ketika melakukan aktivitas, seperti, membaca, *baking*, olahraga, bersepeda, bermain dengan hewan peliharaan bahkan terlibat dalam komunitas pecinta

hewan, dewasa awal juga menceritakan sebelum menjadi bagian dari komunitas pecinta kucing Jember, individu dewasa awal hanya menikmati momen-momen kecil dan berinteraksi secara terbatas dalam lingkaran sosial terdekat, namun, ketika individu dewasa awal tersebut bergabung dengan komunitas pecinta kucing Jember, mulai merasakan manfaat tambahan, seperti keterlibatan dalam kegiatan komunitas seperti penyelamatan, perawatan, dan adopsi hewan liar tidak hanya memberikan rasa bahagia tetapi juga membawa makna lebih dalam terhadap kegiatan sehari-hari. Lalu, pada aspek *engagement* juga terlihat, dewasa awal mengatakan bahwa mereka merasa bahagia ketika dapat melibatkan diri secara penuh dalam kegiatan komunitas. Kegiatan-kegiatan bermakna ini seringkali membuat mereka merasa waktu berlalu begitu cepat dan membantu mereka melupakan masalah yang dihadapi, dimana ini dapat memberikan kontribusi nyata yang membuat merasa hidup lebih jauh lebih positif dan bermakna, ketika melakukan kegiatan tersebut membuat merasa waktu berlalu begitu cepat dan dapat melupakan masalah yang dihadapi, aktivitas tersebut membawa pada keadaan dimana fokus dan tenggelam sepenuhnya pada aktivitas yang dilakukan.

Pada aspek *positive relationship*, dewasa awal juga mengungkap kebahagiaan terwujud melalui hubungan yang sehat dan bermakna dengan orang-orang di sekitar bahkan dengan hewan peliharaan yang dianggapnya sebagai keluarga atau sahabat, namun ketika bergabung dengan komunitas pecinta kucing memperluas relasi, tidak hanya dengan orang-orang terdekat dan hewan peliharaan tetapi juga dengan sesama pecinta hewan yang mendukung,

memahami, dan menerima mereka secara emosional. Dewasa awal merasa didukung, dicintai, dan diterima secara emosional, selalu ada untuk mendengarkan dan memahami dirinya, memberikan rasa aman dan dihargai, meskipun kucing tidak bisa merespon baik dengan verbal maupun nonverbal, namun dengan adanya hewan peliharaan yang dianggap sebagai teman membuat dewasa awal merasa dirinya diterima dan dicintai tanpa syarat sehingga membuatnya merasa jauh lebih bermakna, dalam hal ini lah aspek *meaning* terlihat, perasaan ini juga bisa didapatkan ketika dapat memberikan dampak positif pada lingkungan sekitar, seperti membantu individu lain, mengikuti kegiatan sosial, mampu memaknai kehidupan sehari-hari dari aktivitas sederhana yang dilakukan, selain itu, dewasa awal merasa cukup bahagia ketika mengenal dirinya dengan baik, seperti berhasil melewati tantangan dan mencapai tujuan yang ditetapkan, seperti memulai karir yang diimpikan, atau meraih prestasi dalam bidang yang digeluti, sehingga menciptakan perasaan puas, selain itu merawat hewan peliharaan memberikan rasa tujuan dan makna tambahan, karena merasa memberikan kehidupan yang lebih baik bagi hewan peliharaannya, dimana ini memperlihatkan adanya aspek *accomplishment*.

Fenomena tersebut menggambarkan keragaman pengalaman *happiness* dalam kehidupan dewasa awal. Kehidupan yang memenuhi *happiness* tidak hanya mencakup jumlah dan kualitas tinggi dari emosi positif, tetapi juga melibatkan aspek-aspek lain. Emosi positif seperti cinta, kegembiraan, perasaan puas dan suka cita memberikan fondasi yang penting dalam menciptakan

perasaan bahagia, pengalaman ini dapat diperkaya melalui hubungan yang mendalam dengan hewan peliharaan. *Happiness* juga mencakup keterlibatan aktif dalam tujuan yang bermakna, yang memberikan kepuasan yang mendalam secara psikologis. Selain itu, keterlibatan emosional dengan hewan peliharaan tidak hanya menambah dimensi *happiness* melalui perasaan kasih sayang dan pengabdian, tetapi juga memberikan dukungan emosional yang konsisten dan tanpa syarat (Seligman, 2005). Mencapai berbagai pencapaian juga memainkan peran penting dalam memperkaya perjalanan hidup dewasa awal. Pencapaian ini, berupa ketekunan dan gairah untuk mencapai suatu tujuan yang tidak hanya membanggakan tetapi juga menambah nilai positif dalam pengalaman hidup seseorang (Seligman, 2005).

Hubungan yang positif dengan individu-individu terdekat juga menjadi elemen kunci dalam kehidupan yang bahagia. Interaksi yang positif dengan individu lain tidak hanya memberikan dukungan emosional tetapi juga memperkuat rasa koneksi dan pengakuan dalam kehidupan seseorang (Seligman, 2005), dengan tambahan adanya hewan peliharaan di sekitar, seseorang dapat menemukan hiburan, pengakuan, dan rasa aman (Tribudiman *et al.*, 2021). Menurut Seligman (2005) *happiness* dapat dicapai dari pengalaman positif dan perasaan menyenangkan seperti kegembiraan dan kedamaian. Ini adalah perasaan positif yang mendalam yang muncul dari momen-momen kehidupan yang memberikan kepuasan. *Happiness* tidak hanya berasal dari kesenangan instan, tetapi *happiness* dapat dicapai dari mengembangkan kekuatan dan bakat pribadi serta keterlibatan maksimal dalam

aktivitas yang dilakukan individu. Selain itu, individu berupaya untuk mencari arti dan tujuan yang lebih besar dari diri mereka sendiri, melalui pencapaian target atau goals serta termasuk melalui hubungan yang sehat dan mendalam dengan orang lain, keluarga dan teman, atau bahkan hewan peliharaan. Selain penjelasan di atas, terdapat pula faktor-faktor yang mendukung terbentuknya *happiness* yakni jenis kelamin, usia, emosi negatif, kehidupan sosial, pendidikan, kesehatan, agama dan *attachment* (Seligman, 2005; Arif, 2016).

Salah satu faktor dalam penelitian ini yang mampu mempengaruhi *happiness* adalah *attachment*. *Attachment* merupakan konsep yang diperkenalkan oleh Bowlby untuk menjelaskan ikatan antara bayi dan ibunya (Baron & Byrne, 2004). Pada dasarnya proses *attachment* terjadi di masa paling awal kehidupan yang terjadi sejak dalam kandungan sudah terbentuk. Bowlby mengamati gejala yang menarik pada berbagai spesies makhluk hidup, dimana individu akan berusaha untuk mempertahankan kedekatan fisik dengan figur kelekatan, perilaku mempertahankan kedekatan fisik adalah bentuk *attachment*, bukan hanya kedekatan fisik tetapi juga kedekatan emosional (Seligman, 2005; Arif, 2016). Pada dewasa awal *attachment* terjalin dari hubungan emosional yang dijalani oleh dewasa awal, dalam hal ini figur kelekatan adalah teman dekat, keluarga, maupun pasangan, meskipun berbeda dengan relasi yang terjalin dengan orang tua, tetapi figur kelekatan lain, selain orang tua dapat memenuhi sejumlah kebutuhan yang sama yang dipenuhi oleh orang tua (Santrock, 2017).

Pada dasarnya, figur kelekatan tidak hanya dengan manusia lain, tetapi juga dengan pemilik hewan peliharaan dan hewan peliharaannya (Tribudiman *et al.*, 2021). Menurut Bowlby (1969) *attachment* terbentuk melalui kebutuhan dasar untuk merasa aman dan dilindungi, serta melalui interaksi yang penuh kasih sayang dan responsif (Baron & Byrne, 2004). Pada awalnya, hewan peliharaan memberikan bentuk dasar dari *attachment* yang dikenal sebagai "*safe haven*" dimana seseorang merasa aman dan terlindungi. Interaksi yang terjalin berkembang menjadi sebuah ikatan emosional, menyediakan kenyamanan dan kehadiran yang mengurangi perasaan kesepian, cemas, dan stres. Pemilik hewan peliharaan sering merasa bahwa hewan peliharaan adalah sosok yang tidak menghakimi dan selalu ada, mirip dengan *attachment* yang terjalin dalam hubungan manusia (Sung & Han, 2023). Dengan demikian, figur kelekatan tidak hanya terjalin dengan manusia, tetapi juga dengan hewan peliharaan yang disayangi. Umumnya, individu yang cenderung mengembangkan *attachment* dengan hewan peliharaan adalah mereka yang merasa kesepian, membutuhkan peran makhluk hidup lain dalam hidupnya, dan menginginkan hubungan dengan makhluk hidup lain sebagai pelengkap dalam hubungan (Zilcha-Mano *et al.*, 2011).

Attachment antara manusia dan hewan peliharaan disebut dengan *Pet attachment* yang didasarkan dari teori *attachment Bowlby* pada manusia, yang dikembangkan dari *general attachment* tetapi kemudian dikembangkan untuk mencakup hubungan emosional antara manusia dan hewan. *Pet attachment* diartikan sebagai ikatan emosional antara manusia dan hewan peliharaannya,

ini melibatkan adanya keterkaitan timbal balik antara keduanya (Optiarni & Coralia, 2023). *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*, yang menggambarkan kedekatan dan interaksi antara individu dan hewan peliharaannya. Kedua, *People Substituting*, yang menunjukkan peran hewan peliharaan sebagai pengganti hubungan sosial, dimana individu menganggap hewan sebagai teman yang dapat diajak berbicara. Ketiga, *Animal Welfare*, yang mencakup tanggung jawab pemilik dalam merawat dan melindungi hewan peliharaan agar hidup dalam kondisi yang aman dan sehat (Optiarni & Coralia, 2023).

Berdasarkan hasil wawancara pada dewasa awal pecinta kucing, didapatkan bahwa pada aspek *general attachment*, pecinta menganggap kucing bukan sekedar hewan peliharaan, melainkan bagian dari keluarga yang memiliki peran penting dalam kehidupan. Perhatian dan perawatan yang diberikan setara dengan yang diberikan kepada anggota keluarga lainnya. Kucing dilibatkan dalam berbagai aktivitas sehari-hari, seperti bermain, memandikan, hingga mengobrol, ketika kucing peliharaannya sakit pemilik merasakan sedih dan bahkan ketika kucing miliknya meninggal, membuatnya tidak bersemangat menjalani hari-hari dan merasa terpuruk. Kehadiran kucing menciptakan emosi

positif yang berkelanjutan, memberikan perasaan senang bagi pemiliknya. Pada aspek *people substituting*, dewasa awal mengungkapkan bahwa kucing dapat menggantikan peran penting dalam hubungan interpersonal. Kucing dianggap sebagai teman setia dan pendengar yang baik, membantu mengatasi kesepian yang sering dirasakan. Kucing memberikan dukungan emosional yang mengurangi perasaan sepi. Sementara itu, pada aspek *animal welfare*, dewasa awal menunjukkan rasa tanggung jawab yang besar dalam memberikan perlindungan dan perawatan terbaik untuk kucing. Kepedulian terhadap kesejahteraan hewan, baik dalam hal kesehatan fisik maupun emosional, sangat penting bagi pemilik kucing ini. Mereka merasa harus melakukan perlindungan hewan dari perlakuan yang tidak adil atau kejam, serta berkomitmen untuk melindungi dan memperjuangkan hak-hak hewan, termasuk melalui upaya untuk menyelamatkan hewan dari kondisi buruk.

Dengan begitu, berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa *pet attachment* dapat menjadi figur pengganti *attachment* pada manusia (Erliza & Atmasari, 2022). *Pet attachment* dapat menjadi salah satu hal yang dapat dijadikan sebagai alternatif memenuhi *attachment* pada manusia. Hal ini bermula dari *attachment* dengan hewan dimana, yang mana individu pemilik hewan peliharaan seringkali mengembangkan ikatan emosional yang kuat dengan hewan tersebut. Hewan peliharaan memberikan dukungan emosional, rasa aman, dan kenyamanan, yang merupakan elemen penting dalam pembentukan *attachment*, interaksi harian dengan hewan peliharaan, seperti

memberi makan, bermain, dan merawatnya, memperkuat ikatan ini (Kurdek, 2008).

Pet attachment sendiri dapat membantu untuk menjaga tingkat *happiness* agar stabil (Corliss, 2022). *Pet attachment* menjadi hal yang penting dalam *happiness* dewasa awal, *attachment* dan ikatan yang terjalin secara emosional antara dewasa awal yang kucing miliknya memicu pemikiran berupa rasa nyaman ketika bersama kucing yang dipeliharanya, dimana kehadiran kucing yang menggemaskan, seringkali membuat pemilik jauh lebih rileks. Kucing juga menjadi sumber dukungan, yang dapat membantu individu merasa lebih diterima dan dipahami, membantu mengurangi perasaan kesepian, dimana individu dengan *pet attachment* menganggap bahwa kucing adalah sahabat sejati yang setia, yang selalu hadir di saat suka maupun duka yang pada gilirannya menciptakan perasaan puas secara emosional serta memicu emosi positif, seperti rasa senang, gembira, dan bahagia ketika berada di dekat kucing peliharaannya (Kurdek, 2008). Selain itu, interaksi langsung dengan kucing, seperti merawat maupun bermain membuat individu terlibat sepenuhnya dalam aktivitas tersebut. Hal ini menciptakan kondisi, dimana perhatian terfokus sepenuhnya pada momen tersebut, memberi rasa lega dan rileks. Lebih jauh lagi, kucing dapat memberikan makna baru dalam kehidupan seseorang. Tugas merawat kucing, seperti memberi makanan terbaik, menjaga kebersihan, dan memastikan kesehatannya, menjadi tanggung jawab yang memperkaya hidup mereka. Tugas-tugas ini bukan hanya sekedar rutinitas, tetapi juga mencerminkan rasa cinta, kasih sayang, dan dedikasi. Ketika individu melihat

kucingnya tumbuh sehat dan bahagia, mereka merasakan kebanggaan dan kepuasan karena berhasil memenuhi peran mereka sebagai pemilik yang bertanggung jawab. Dengan demikian, hubungan emosional yang terjalin antara individu dan kucing peliharaannya bukan hanya meningkatkan *happiness* melalui emosi positif dan keterlibatan, tetapi juga memberikan makna dalam hidup individu pecinta kucing. 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 mempengaruhi *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. Sebagian individu akan selalu berusaha untuk mencapai kondisi *happiness* dan terbaik dalam hidupnya (Headey & Wearing, 1992; Febrieta, 2017). Dewasa awal yang memiliki *happiness* dalam dirinya akan cenderung melakukan sesuatu lebih baik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Individu yang merasakan *happiness* cenderung lebih fleksibel dan mampu

beradaptasi dengan baik, sehingga memiliki kecenderungan untuk mencapai kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan (Raibley, 2012; Fahlevi *et al.*, 2022). Sebaliknya, individu yang kurang dalam *happiness* cenderung lebih dipengaruhi oleh emosi negatif daripada emosi positif, lebih sering menyendiri, merasa hidup yang dijalani tidak memiliki arti, merasakan kekosongan akan dirinya dan merasakan segala aktivitas yang dilakukan adalah sesuatu 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 mengenai hubungan antara *pet attachment* dan *happiness* pada dewasa awal yang berfokus pada masalah-masalah dan tugas-tugas perkembangan pada dewasa awal memelihara kucing masih sangat terbatas dan mengingat masih ada ketidakkonsistenan hasil dari penelitian ini, dimana beberapa penelitian mengatakan bahwa terdapat hubungan yang positif mengenai hubungan antara *pet attachment* dan *happiness*, namun sebaliknya terdapat penelitian yang mengatakan tidak adanya hubungan yang signifikan mengenai hubungan antara *pet attachment* dan *happiness*. Dengan begitu peneliti tertarik untuk meneliti terkait dengan “*Hubungan Antara Pet attachment dengan Happiness pada Pecinta Kucing*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, *bagaimana hubungan antara pet attachment dengan happiness pada dewasa awal yang memelihara kucing?*

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara *pet attachment* dengan *happiness* pada dewasa awal yang memelihara kucing.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dalam psikologi klinis dan psikologi perkembangan khususnya terkait dengan *happiness* pada dewasa awal. Dengan demikian, teori-teori yang telah ada sebelumnya dapat diperkaya.
- b. Diharapkan hasil penelitian dapat memperkaya teori *attachment* yang relevan dengan hubungan antara manusia dan hewan peliharaan.

2. Manfaat Praktis

- a. Diharapkan penelitian dapat memperluas penelitian sejenis yang berkaitan dengan *happiness* dan *pet attachment*.
- b. Hasil penelitian dapat memberikan wawasan bagi pemilik hewan peliharaan tentang pentingnya *attachment* dengan hewan kesayangan mereka.
- c. Hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dalam menghadapi permasalahan yang berhubungan dengan *happiness* pada dewasa awal.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Tang *et al* (2013), hasil penelitian menunjukkan bahwa keterikatan pada hewan peliharaan secara tidak langsung mempengaruhi *happiness* melalui strategi koping rekreasi, khususnya melalui kebersamaan rekreasi dan peningkatan suasana hati. Pemilik hewan peliharaan yang terlibat dalam aktivitas rekreasi bersama hewan peliharaan mereka cenderung memiliki tingkat *happiness* yang lebih tinggi. Studi ini menyoroti pentingnya hewan peliharaan dalam memberikan kebersamaan dan dukungan bagi individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Tribudiman *et al* (2021), hasil penelitian menunjukkan bahwa *pet attachment* memiliki peran positif terhadap *happiness* pemilik hewan peliharaan, yaitu dengan memberikan rasa aman, nyaman, diterima, dicintai, dan berharga. *Pet attachment* juga membantu pemilik hewan peliharaan mengatasi stres, kesepian, dan depresi. Selain itu, *pet attachment* juga meningkatkan kesehatan fisik dan mental pemilik hewan peliharaan.

Penelitian dilakukan oleh Erliza & Atmasari (2022), hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan analisis data, terdapat hubungan positif dan cukup kuat antara *pet attachment* dan *happiness* pada pemilik kucing, dengan koefisien korelasi (R) sebesar 0.501. *Pet attachment* memberikan sumbangan efektif sebesar 25.1% terhadap *happiness* (R Square = 0.251), sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa *pet attachment* berpengaruh secara

signifikan terhadap *happiness* pada pemilik kucing, dengan nilai signifikansi (sig.) < 0.05 . Ini berarti semakin tinggi *pet attachment* pemilik kucing, semakin tinggi juga *happiness* yang dirasakan oleh mereka, dan sebaliknya. Pada penelitian ini, menunjukkan bahwa memelihara hewan peliharaan, seperti memberikan *happiness* dan mengurangi *stres*.

Penelitian oleh Peng *et al* (2018), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemilik hewan peliharaan cenderung memiliki skor *happiness* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki hewan peliharaan. Selain itu, orang yang memiliki anak juga memiliki skor *happiness* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki anak. Penelitian ini juga menemukan bahwa status hubungan dan memiliki anak berpengaruh pada tingkat *happiness*. Penelitian ini menggunakan data dari 20.000 pengguna Instagram dan teknologi *deep learning* untuk menganalisis dampak hewan peliharaan terhadap *happiness*. Hasil ini menunjukkan bahwa hewan peliharaan memainkan peran penting dalam kehidupan sehari-hari dan dapat berkontribusi pada kesejahteraan dan *happiness* secara keseluruhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputra & Dewi (2023), hasil penelitian menunjukkan bahwa Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *pet attachment* dan *Health Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa. Meskipun hubungan tersebut lemah ($r = 0.146$), peningkatan *pet attachment* dikaitkan dengan peningkatan HRQoL.