

Kelekatan Hewan Peliharaan dan Kesepian pada Dewasa Awal di Masa Pandemi COVID-19

Pet Attachment and Loneliness in Early Adulthood During the COVID-19 Pandemic

Asfa Fuada, Rini Setyowati* dan Laelatus Syifa Sari Agustina

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret Surakarta

ABSTRAK

Penerapan pembatasan sosial saat pandemi COVID-19 di Indonesia dapat memicu masyarakat merasakan kesepian karena masyarakat menjadi kesulitan untuk berinteraksi dengan orang lain. Hal ini terjadi karena masyarakat dihimbau untuk melakukan segala aktivitasnya di dalam rumah sehingga masyarakat hanya dapat berinteraksi di lingkungan yang terbatas, seperti dengan keluarga maupun dengan hewan peliharaannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19. Subjek pada penelitian ini sejumlah 541 responden dengan kriteria subjek yang di ambil yakni berdomisili di Indonesia, berusia 20-39 tahun, serta memiliki hewan peliharaan (kucing, ikan, burung, atau anjing) dalam kurun waktu minimal 3 bulan selama masa pandemi COVID-19. Metode yang digunakan yakni purposive sampling dengan cara menyebarkan skala melalui media sosial Twitter dan Instagram. Skala yang digunakan yakni skala Kesepian ($\alpha = 0,947$) dan skala Kelekatan Hewan Peliharaan ($\alpha = 0,954$). Penelitian ini menggunakan teknik analisis uji korelasi dengan nilai koefisien korelasi kedua variabel sebesar 0,019 dan nilai signifikansi sebesar 0,657 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menemukan bahwa kesepian tidak dapat dihilangkan hanya dengan mengandalkan hewan peliharaan saja karena pada saat COVID-19 berlangsung masyarakat tidak bisa mendapatkan kontak sosial dengan lingkungan luar sedangkan hewan peliharaan hanya dapat memberikan ikatan emosional namun tidak dapat memberikan kontak sosial yang lebih luas kepada pemiliknya. Selain itu, dengan adanya internet yang saat ini sangat mudah di akses maka dapat membantu masyarakat untuk berinteraksi dengan orang lain yang berada jauh darinya, serta pada saat pengambilan data memungkinkan kondisi masyarakat sudah melewati masa penyesuaian atau adaptasi karena sudah berjalan selama 16 bulan sejak pandemi COVID-19 dimulai.

Kata kunci: Kesepian; Kelekatan Hewan Peliharaan; Dewasa Awal; Pandemi COVID-19

ABSTRACT

The implementation of social distancing during COVID-19 pandemic in Indonesia can lead people to feel lonely because people find it difficult to interact with other people. It happens because people are encouraged to carry out all of their activities at home so they can only interact in a limited environment, such as with their family or pets. This study aims to determine the relationship between pet attachment and loneliness in early adulthood during the COVID-19 pandemic. The subjects in this study were 541 respondents with the subject criteria are domiciled in Indonesia, aged 20-39 years, and had pets (cats, fish, birds or dogs) for a minimum of 3 months during the COVID-19 pandemic. The method used is purposive sampling by distributing the scale via social media (Twitter and Instagram). The scale used is the loneliness scale ($\alpha = 0.947$) and the pet attachment scale ($\alpha = 0.954$). This research used a correlation test analysis technique with a correlation coefficient value for the two variables of 0.019 and a significance value of 0.657 ($p > 0.05$) which shows that there is no significant relationship between pet attachment and loneliness in early adulthood

***Korespondensi:**
Rini Setyowati
rini.setyowati@staff.uns.ac.id

Masuk: 28 Oktober 2022
Diterima: 15 Desember 2022
Terbit: 30 April 2023

Fuada, A., Setyowati, R. &
Agustina, L. S. S. (2023)
Kelekatan Hewan Peliharaan
dan Kesepian Pada Dewasa
Awal Di Masa Pandemi
COVID-19. *Jurnal Ecopsy*,
10(1), 23-30.
[http://doi.org/10.20527/ecopsy.
2023.12.003](http://doi.org/10.20527/ecopsy.2023.12.003)

during the COVID-19 pandemic. This research found that loneliness cannot be eliminated just by relying on pets because during COVID-19, people were unable to get social contact with the outside environment, while pets only provide emotional bonds but could not provide wider social contact to their owners. Apart from that, with the internet that very easy to access, it can help people to interact with other people that far from them, and when collecting data, it allows the community's condition to have gone through a period of adjustment or adaptation because it has been going on for 16 months since the COVID-19 pandemic starts.

Keywords: Loneliness; Pet Attachment; Early Adulthood; COVID-19 Pandemic

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease-19 (COVID-19) merupakan suatu wabah penyakit yang resmi ditetapkan sebagai pandemi di Indonesia pada Maret 2020. Sejak pandemi ini menyebar di Indonesia, masyarakat turut melakukan pembatasan sosial sebagai langkah untuk mencegah terjadinya penularan, salah satunya yakni dengan berdiam diri di dalam rumah kecuali saat keadaan mendesak. Anjuran untuk melakukan pembatasan sosial mengakibatkan keterbatasan interaksi antar-individu, seperti keterbatasan interaksi dengan teman belajar, teman bermain, dan rekan kerja. Keterbatasan atau kurangnya hubungan sosial dapat membuat individu mengalami kesepian sosial, yaitu suatu jenis kesepian yang berasal dari ketidakhadiran kontak kelompok yang lebih luas dan jaringan sosial yang menarik atau yang memiliki keterkaitan yang sama dengan individu (Weiss, 1973; dalam Gierveld *et al.*, 2009).

Kesepian merupakan keadaan disaat keinginan dan ketercapaian individu mengalami perbedaan dalam berhubungan sosial (Peplau *et al.*, 1979). Hal ini serupa dengan pengertian kesepian yang dijelaskan oleh Myers (2010) bahwa kesepian adalah keadaan yang menyakitkan di mana kurang banyak atau kurang bermaknanya hubungan sosial yang dimiliki individu dibandingkan dengan yang individu inginkan. Baron dan Branscombe (2012) mengungkapkan bahwa kesepian merupakan keadaan emosi dan kognitif yang tidak menyenangkan yang didasarkan pada keinginan untuk menjalin

hubungan dekat namun tidak sanggup untuk memenuhinya.

Menurut Russell *et al.* (1980) terdapat tiga aspek dalam kesepian, yaitu a) kepribadian, yang merupakan kesatuan dinamis pada sistem psikofisik individu yang menentukan perilaku dan karakteristik pemikiran; b) Keinginan sosial, yang merupakan kebutuhan individu untuk bergabung dan diterima oleh lingkungan sosial di mana individu tersebut tinggal; serta c) Depresi, yang merupakan sikap dan perasaan yang dicirikan dengan perasaan tidak berharga, kekurangan antusias, tertekan, kesedihan hati. Peplau dan Goldston (1984) menjelaskan bahwa kesepian mempunyai dua faktor, diantaranya yaitu, a) *Predisposing factors*, yang meliputi karakteristik individu, karakteristik situasi, serta nilai-nilai umum budaya; b) *Precipitating events*, yang merupakan peristiwa yang di alami oleh individu yang dapat memicu individu mengalami kesepian.

Beberapa bukti menunjukkan bahwa kesepian dapat memberikan efek negatif pada individu. Penelitian yang dilakukan oleh Holt-Lunstad *et al.* (2015) menunjukkan bahwa individu yang kekurangan hubungan sosial dapat berisiko pada kematian dini, yang mana hal ini juga berhubungan dengan kesepian yang sebanding dengan risiko kematian. Penelitian yang dilakukan oleh Lim *et al.* (2019) dengan subjek individu dewasa awal menunjukkan bahwa satu dari tiga individu merasakan kesepian serta kesepian pada dewasa awal dapat meningkatkan risiko meningkatnya depresi (18%) maupun kecemasan sosial (12%). Santrock (2010) menyatakan bahwa usia

dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang dimulai sejak usia 20an dan berlangsung hingga sekitar usia 30an. Pada tahun 2018, BBC melakukan global survei dengan 55.000 partisipan yang menunjukkan bahwa 40% partisipan dengan usia 16-24 tahun sering merasakan kesepian. Hal ini menjadikan kelompok usia tersebut memiliki tingkat kesepian yang paling tinggi dengan tingkat kesepian 13% lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

Berbagai cara dilakukan oleh individu untuk mengatasi kesepian, salah satunya yakni dengan memelihara hewan peliharaan. Dalam masa pandemi ini, survei yang dilakukan oleh Rakuten Insight (2021) menunjukkan bahwa terdapat 72% penduduk Indonesia yang memelihara hewan peliharaan, di mana hewan terbanyak yaitu kucing sebesar 47% yang disusul dengan ikan sebesar 22%, burung sebesar 18%, dan juga anjing sebesar 10%. Penelitian menunjukkan bahwa mempunyai hewan peliharaan dapat membantu mengurangi perasaan kesepian serta dapat menggantikan ketidakhadiran seseorang untuk menemaninya (Zasloff & Kidd, 1994). Dukungan sosial pada kondisi pandemi COVID-19 bisa didapatkan dari hewan peliharaan, di mana hewan peliharaan dapat memberikan rasa kebersamaan serta kenyamanan pada individu (Nieforth & O'Haire, 2020). Hasil survei yang dilakukan oleh HABRI dan Mars Petrace (2020) selama pandemi menemukan bahwa 85% responden setuju bahwa berinteraksi dengan hewan peliharaan dapat mengurangi kesepian; serta 80% pemilik hewan peliharaan menyatakan bahwa hewan peliharaan dapat membuat mereka tidak merasa kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Ratschen *et al.* (2020) menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19 peningkatan kesepian yang dialami oleh pemilik hewan peliharaan lebih rendah dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki hewan peliharaan.

Hubungan yang dialami antara pemilik dengan hewan peliharaan dapat dijelaskan melalui berbagai hal, salah satunya yakni kelekatan. Kelekatan hewan peliharaan menurut

Johnson *et al.* (1992) yaitu seberapa jauh ikatan afektif atau emosional yang pemilik rasakan terhadap hewan peliharaannya. Menurut Chan Hiu Ying (2010), kelekatan hewan peliharaan merupakan ikatan emosional yang abadi antara pemilik hewan peliharaan dan hewan peliharaan yang ditandai dengan adanya kecenderungan untuk mendapatkan atau menjaga keamanan.

Menurut Johnson, *et al.* (1992), terdapat tiga aspek dalam kelekatan hewan peliharaan, yaitu: *general attachment*, *people substituting*, dan *animal welfare/animal rights*. Aspek *general attachment* menunjukkan adanya hubungan kelekatan secara umum yang terjalin antara hewan peliharaan dengan pemiliknya. Contohnya seperti individu merasa memiliki hubungan yang sangat erat dengan hewan peliharaannya, individu merasa bahwa hewan peliharaannya mengerti keadaannya, dan merasa bahwa kehadiran hewan peliharaan dapat membawa kebahagiaan kepada pemiliknya. Aspek *people substituting* menunjukkan seberapa besar hewan peliharaan berada pada posisi penting atau utama dalam kehidupan pemiliknya. Aspek ini juga dapat menggambarkan seberapa besar hubungan pemilik dengan hewan peliharaan dapat menggantikan hubungan pemilik dengan orang lain (Zaparanick, 2008). Contohnya seperti individu merasa hewan peliharaannya lebih setia daripada orang disekitarnya, serta individu percaya bahwa hewan peliharaannya adalah sahabatnya. Kemudian aspek *animal welfare/animal rights* atau kesejahteraan hewan menunjukkan bagaimana status hewan peliharaan yang menjadi bagian dari rumah tangga pemiliknya. Contohnya seperti meyakini bahwa hewan juga memiliki hak dalam menjadi anggota keluarga, pemilik hewan peliharaan akan melakukan berbagai hal untuk merawat hewan peliharaannya, serta percaya bahwa hewan peliharaan berhak dihormati layaknya seorang manusia.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dijelaskan di atas, peneliti pun tertarik untuk meneliti tentang kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19. Tujuan dari

penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19. Adapun hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19.

Partisipan

Populasi yang digunakan pada penelitian ini yakni individu dengan domisili di Indonesia, berusia 20-39 tahun dan memiliki hewan peliharaan. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan kriteria sebagai berikut: (1) berdomisili di Indonesia, (2) berusia 20-39 tahun, karena pada usia dewasa awal ini individu sangat tergantung pada interaksi sosial pada lingkungannya, terutama dalam menyelesaikan tugas perkembangannya, yakni untuk menjadi pribadi independen, mengembangkan karier, hingga mencari pasangan atau hubungan yang intim; (3) memiliki hewan peliharaan berupa kucing, burung, ikan, maupun anjing dengan lama memelihara minimal 3 bulan selama masa pandemi COVID-1, hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa individu memiliki pengalaman untuk memberikan pernyataan terkait hewan peliharaan karena durasi pemeliharaan hewan juga termasuk dalam faktor kelekatan hewan peliharaan yang diungkapkan oleh Smolkovic *et al.* (2012). Pengumpulan data penelitian dilakukan secara daring pada tanggal 14-18 Juli 2021 dengan jumlah partisipan yang telah memenuhi kriteria sejumlah 541 orang.

Pengukuran

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Kesepian dan skala

Kelekatan Hewan Peliharaan. Skala Kesepian disusun berdasarkan aspek kesepian oleh Russell *et al.* (1980), yakni aspek kepribadian, keinginan sosial, serta depresi. Skala Kesepian ini terdiri dari 32 aitem, di mana terdapat 20 item *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Terdapat empat pilihan jawaban dari tiap aitem, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Hasil dari uji validitas isi pada skala Kesepian yang dilakukan oleh ketiga panel ahli menunjukkan hasil perhitungan Aiken's V sebesar 0,67-1. Indeks daya beda aitem skala Kesepian berada di antara 0,320 - 0,794. Nilai reliabilitas skala Kesepian sebesar 0,947. Salah satu contoh aitem dari skala Kesepian yang digunakan peneliti yakni "saya merasa bahwa saya dapat bergaul dengan orang-orang di sekitar saya".

Skala kelekatan hewan peliharaan yang digunakan peneliti merupakan skala yang di adaptasi dan di modifikasi dari skala *Lexington Attachment of Pets Scale* (LAPS) yang mengacu pada tiga aspek kelekatan hewan peliharaan menurut Johnson *et al.* (1992) yaitu *general attachment*, *people substituting*, dan *animal welfare / animal rights*. Skala ini terdiri dari 30 aitem, di mana terdapat 28 item *favorable* dan 2 aitem *unfavorable*. Terdapat empat pilihan jawaban dari tiap aitem, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Hasil dari uji validitas isi pada skala Kelekatan Hewan Peliharaan yang dilakukan oleh ketiga panel ahli menunjukkan hasil perhitungan Aiken's V sebesar 0,75-1. Indeks daya beda aitem skala Kelekatan Hewan Peliharaan berada di antara 0,375 – 0,794. Nilai reliabilitas skala Kelekatan Hewan Peliharaan sebesar 0,954. Salah satu contoh aitem dari skala Kelekatan Hewan Peliharaan yang digunakan peneliti yakni "saya sering bercerita atau curhat dengan hewan peliharaan saya".

Teknik Analisis

Peneliti melakukan uji prasyarat untuk mengetahui normalitas dan linieritas data. Uji normalitas menunjukkan bahwa grafik histogram berbentuk lonceng terbalik dan

simetris atau mengikuti garis lengkung serta sebagian besar titik pada grafik P-P Plot berada pada garis miring, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data telah terdistribusi dengan normal atau uji normalitas pada penelitian ini telah terpenuhi. Kemudian pada uji linieritas diperoleh hasil bahwa nilai *deviation from linearity* sebesar 0,920. Nilai ini lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kelekatan hewan peliharaan linear dengan variabel kesepian, atau dengan kata lain yakni uji linearitas pada penelitian ini telah terpenuhi.

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi pearson product moment yang akan dilakukan menggunakan aplikasi program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 23.0 for windows*.

HASIL

Hasil analisis deskriptif data penelitian sebagaimana yang dijabarkan pada tabel 1.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas, peneliti menyusun pedoman kategorisasi dengan mengacu pada kategorisasi Azwar (2015) untuk menentukan tinggi rendahnya nilai subjek pada skala Kesepian dan skala Kelekatan Hewan Peliharaan. Nilai subjek akan digolongkan menjadi tiga kategori, yakni rendah, sedang, dan tinggi.

Berdasarkan pada tabel 2, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kesepian yang sedang dengan persentase sebesar 56,4%, dan sebagian

besar responden mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang tinggi dengan persentase sebesar 77,5%.

Setelah melakukan uji prasyarat, selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji korelasi *pearson product moment*. Uji korelasi bertujuan untuk melihat besarnya hubungan serta arah hubungan kedua variabel. Uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 3.

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi diatas, dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi kedua variabel sebesar 0,019 dan nilai signifikansi sebesar 0,657. Nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kelekatan hewan peliharaan tidak memiliki hubungan dengan variabel kesepian, atau dengan kata lain yakni H_0 diterima.

Peneliti kemudian juga menambahkan analisis tambahan pada Kelekatan Hewan Peliharaan berdasarkan jenis kelamin.

Laki-laki menunjukkan rata-rata skor kelekatan hewan peliharaan sebesar 95,50 sedangkan perempuan 101,85. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perempuan mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang lebih tinggi daripada laki-laki, yakni dengan mean skor kelekatan hewan peliharaan sebesar 101,85 yang termasuk pada kategorisasi kelekatan hewan peliharaan di tingkat tinggi.

Peneliti kemudian melakukan perhitungan untuk melihat seberapa besar perbedaan skor kelekatan hewan peliharaan berdasarkan jenis kelamin yakni dengan metode *Independent Sample t-test*.

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

Skala	N	Data Hipotetik		MH	SDH	Data Empirik		ME	SDE
		Skor Min	Skor Maks			Skor Min	Skor Maks		
Kesepian	541	32	128	80	16	32	124	78	15,34
Kelekatan Hewan Peliharaan	541	30	120	75	15	59	120	89,5	10,17

Tabel 2. Kategorisasi Responden Penelitian

Variabel	Kategorisasi	Norma	Jumlah Responden	Persentase
Kesepian	Rendah	$X < 64$	198	36,6%
	Sedang	$64 \leq X < 96$	305	56,4%
	Tinggi	$96 \leq X$	38	7%
Kelekatan Hewan Peliharaan	Rendah	$X < 60$	1	0,1%
	Sedang	$60 \leq X < 90$	121	22,4%
	Tinggi	$90 \leq X$	419	77,5%

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi

Variabel		1	2
1. Kesepian	Pearson Correlation	-	0,019
	Sig. (2-tailed)		0,657
	N		541
2. Kelekatan Hewan Peliharaan	Pearson Correlation	0,019	-
	Sig. (2-tailed)	0,657	
	N	541	

Tabel 4. Kategorisasi Kelekatan Hewan Peliharaan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kategorisasi Kelekatan Hewan Peliharaan			Total	Mean
	Rendah	Sedang	Tinggi		
Laki-Laki	1 (1,44%)	25 (35,8%)	44 (62,76%)	70 (100%)	95.50
Perempuan	0 (0%)	96 (20,4%)	375 (79,6%)	471 (100%)	101.85
Total	1 (0%)	121 (22,3%)	419 (81,5%)	541(100%)	101.03

Tabel 5. Hasil Uji Perbedaan Kelekatan Hewan Peliharaan Berdasarkan Jenis Kelamin

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
Kelekatan Hewan Peliharaan	Equal variances assumed	3,946	0,047	-3,894	539	0,000	-6,354	1,632	-9,559	-3,148
	Equal variances not assumed			-3,423	84,092	0,001	-6,354	1,856	-10,045	-2,662

Berdasarkan tabel *Independent Samples Test* di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada Levene's *Test for Equality of Variances* sebesar 0,047 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa varians data laki-laki dan perempuan tidak homogen. Oleh karena itu, penilaian selanjutnya dilihat pada kolom *equal variances not assumed*, di mana nilai signifikansi (2 tailed) mendapat skor sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelekatan hewan peliharaan pada laki-laki dan perempuan.

PEMBAHASAN

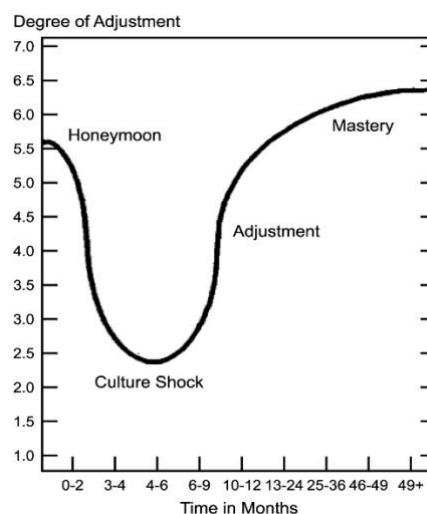
Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi kedua variabel sebesar 0,019 dan nilai signifikansi sebesar 0,657 ($p > 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel kelekatan hewan peliharaan tidak memiliki hubungan dengan variabel kesepian, atau dengan kata lain yakni H_0 diterima. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zasloff dan Kidd (1994), di mana hewan peliharaan dapat membantu dalam mengurangi perasaan kesepian serta dapat menggantikan ketidakhadirannya seseorang untuk menemaninya. Penelitian dari Branson *et al.* (2017) juga menjelaskan bahwa memelihara kucing dan anjing dapat menghilangkan rasa kesepian dan menurunkan tingkat depresi pada pemiliknya. Namun ditemukan juga bahwa hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Imani (2020) di mana tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara kelekatan hewan peliharaan dengan tingkat kesepian pada dewasa awal. Antonacopoulos dan Pychyl (2010) juga menemukan bahwa baik kelekatan maupun kepemilikan hewan peliharaan, keduanya tidak dapat memprediksi tingkat kesepian maupun depresi pada orang yang tinggal sendirian.

Weiss (1973, dalam Gierveld *et al.*, 2009) mengungkapkan bahwa terdapat dua jenis kesepian, yakni kesepian emosional yang berasal dari ketidakhadirannya sosok terdekat

atau ikatan emosional yang erat, serta kesepian sosial yang berasal dari ketidakhadirannya kontak kelompok yang lebih luas dan jaringan sosial yang menarik atau yang memiliki ketertarikan yang sama, seperti teman, rekan atau kolega, dan tetangga. Keterbatasan atau kurangnya hubungan sosial yang dirasakan saat pandemi COVID-19 ini dapat membuat individu mengalami kesepian sosial (Weiss, 1973; dalam Gierveld *et al.*, 2009). Sedangkan apabila merujuk pada pengertian kelekatan hewan peliharaan menurut Johnson *et al.* (1992), kelekatan hewan peliharaan merupakan seberapa jauh ikatan afektif atau emosional yang pemilik rasakan terhadap hewan peliharaannya. Dengan menyimak penjelasan tersebut, maka dapat diketahui bahwa kelekatan hewan peliharaan tidaklah termasuk dalam faktor kesepian sosial dikarenakan hewan peliharaan hanya memberikan ikatan emosional saja dan tidak dapat memberikan kontak sosial yang lebih luas. Penelitian ini menemukan bahwa kesepian tidak dapat disembuhkan hanya dengan mengandalkan hewan peliharaan saja, dan kesepian emosional mungkin dapat disembuhkan dengan hewan peliharaan namun perlu dilakukan penelitian lebih lanjut lagi. Kemudian pada pengertian kesepian menurut Peplau *et al.* (1979) yang menjadi rujukan utama pada penelitian ini, tidak membagi secara jelas terkait kesepian sosial dan kesepian emosional sehingga hal ini juga dapat mempengaruhi hasil penelitian dikarenakan aitem-aitem skala tidak dapat mengungkapkan secara jelas apakah responden merasakan kesepian emosional atau sosial. Skala Kesepian yang digunakan pada penelitian ini juga tidak dapat mengungkapkan kesepian emosional maupun sosial melainkan kesepian secara umum, sehingga hasil penelitian tidak bisa mengidentifikasi secara jelas terkait kesepian yang sedang dialami. Terlebih lagi pada saat pandemi COVID-19 ini masyarakat lebih cenderung merasakan kesepian sosial, sehingga pada penelitian ini kelekatan hewan peliharaan memang memungkinkan tidak memiliki hubungan pada kesepian karena yang

masyarakat butuhkan saat ini ialah keterikatan sosial dari lingkungannya.

Berdasarkan pada hasil kategorisasi responden untuk variabel kesepian, dari 541 responden menunjukkan bahwa 198 responden (36,6%) mengalami tingkat kesepian yang rendah, 305 responden (56,4%) mengalami tingkat kesepian yang sedang, dan 38 responden (7%) mengalami tingkat kesepian yang tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kesepian yang sedang dengan persentase sebesar 56,4% responden. Hal ini dapat diakibatkan karena faktor kesepian yang terbagi menjadi dua, yakni *precipitating events* serta *predisposing factor* yang meliputi karakteristik individu, karakteristik situasi, serta nilai-nilai umum budaya (Peplau *et al.*, 1984). Pandemi COVID-19 termasuk dalam salah satu faktor kesepian yakni *precipitating events*, di mana pandemi ini dapat memicu terjadinya kesepian karena terbatasnya komunikasi dengan orang luar. Pada tahapan *culture shock* menurut Oberg (1960, dalam Simanjuntak dan Fitriana, 2020), saat ini pandemi sudah mulai memasuki tahapan terakhir yakni *mastery*, di mana masyarakat mulai beradaptasi secara penuh dengan lingkungan yang baru, walaupun ketegangan masih dapat dirasakan namun masyarakat akan mencoba untuk mengontrol perasaan tersebut sehingga lambat laun ketegangan itu akan hilang dengan sendirinya (Simanjuntak dan Fitriana, 2020). Sama halnya dengan kesepian pada masa pandemi COVID-19 ini, di mana masyarakat sudah mulai beradaptasi dan mencoba untuk menerima dan mengontrol rasa kesepian sehingga rasa kesepian itu perlahan-lahan akan hilang dengan sendirinya. Pandemi COVID-19 sendiri telah berlangsung selama 16 bulan sejak pertama kali adanya kasus COVID-19 di Indonesia hingga pengambilan data responden. Apabila melihat pada gambar 5 maka pada saat pengambilan data responden kondisi masyarakat sudah melewati masa penyesuaian atau adaptasi dan sudah mulai masuk pada tahap *mastery*.



Gambar 1. Kurva U Culture Shock

Penggunaan internet juga dapat menjadi salah satu predisposing factors dari kesepian, di mana kehidupan sehari-hari masyarakat saat ini tidak bisa lepas dari penggunaan internet. Sosial media merupakan salah satu jenis penggunaan internet yang paling sering dijumpai di masyarakat. Melalui sosial media, individu dapat bertukar kabar serta berinteraksi dengan teman-temannya, baik dalam bentuk chat, voice call, maupun video call. Walaupun interaksi secara langsung terbatas untuk dilakukan selama pandemi COVID-19, namun masyarakat tetap bisa melakukan interaksi secara virtual lewat penggunaan sosial media. Individu akan tetap merasakan keberadaan orang di sekitarnya dan dapat menghilangkan rasa kesepian karena tidak dapat bertemu secara langsung. Penggunaan internet dapat mengurangi kesepian dan depresi secara signifikan, serta meningkatkan perceived social support dan self-esteem secara signifikan (Shaw & Gant, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh Pittman dan Reich (2016) menunjukkan bahwa penggunaan sosial media berbasis gambar dapat mengurangi kesepian serta meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan hidup.

Kemudian berdasarkan pada hasil kategorisasi responden untuk variabel kelekatan hewan peliharaan, dari 541 responden menunjukkan bahwa 1 responden (0,1%) mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang rendah, 121 responden (22,4%)

mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang sedang, dan 419 responden (77,5%) mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang tinggi dengan persentase sebesar 77,5%. Tingginya tingkat kelekatan hewan peliharaan dapat disebabkan karena selama pandemi individu lebih banyak menghabiskan waktunya dengan hewan peliharaannya. Berdasarkan dimensi kelekatan hewan peliharaan oleh Melson (1990), waktu yang dihabiskan untuk beraktivitas dengan hewan peliharaan dapat mempengaruhi tingkat kelekatan pemilik dengan hewan peliharaannya. Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh *American Pet Products Association* (2021) ditemukan bahwa sebanyak 70% pemilik hewan peliharaan menghabiskan waktunya lebih banyak dengan hewan peliharaannya disaat pandemi. Christley *et al.* (2021) juga mendapati bahwa selama pandemi COVID-19 ini, dua dari tiga atau hampir 70% anjing peliharaan menghabiskan waktunya lebih banyak dengan orang dewasa di rumah. Kedua hal tersebut menunjukkan bahwa pada saat pandemi, pemilik hewan peliharaan lebih banyak menghabiskan waktunya dengan hewan peliharaannya, sehingga tingkat kelekatan hewan peliharaan akan meningkat.

Peneliti juga melakukan analisis pada kelekatan hewan peliharaan berdasarkan jenis kelamin, di mana perempuan menunjukkan mengalami tingkat kelekatan hewan peliharaan yang lebih tinggi daripada laki-laki, yakni dengan *mean* skor kelekatan hewan peliharaan sebesar 101,85 yang termasuk pada kategorisasi kelekatan hewan peliharaan di tingkat tinggi. Kemudian peneliti juga melakukan uji perbedaan kelekatan hewan peliharaan berdasarkan jenis kelamin menggunakan metode Independent Samples Test dengan hasil nilai signifikansi (2 *tailed*) mendapat skor sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelekatan hewan peliharaan pada laki-laki dan perempuan. Perempuan cenderung menunjukkan tingkat kelekatan

hewan peliharaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (Chan Hiu Ying, 2010; Cromer & Barlow, 2013; Smolkovic *et al.*, 2012). Herzog (2007) juga menemukan bahwa walaupun perempuan maupun laki-laki tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan pada kelekatan hewan peliharaan, namun perempuan lebih memiliki kelekatan hewan peliharaan dibandingkan dengan laki-laki (Nurlyli dan Hidayati, 2014). Hal ini diakibatkan karena perempuan diketahui menghabiskan waktunya untuk berbicara dengan hewan peliharaannya lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki (Prato-Previde *et al.*, 2006).

Perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan dalam cara mereka berkomunikasi secara verbal dengan hewan peliharaannya, di mana perempuan diketahui berbicara lebih banyak dan memiliki latensi yang lebih pendek saat memulai berbicara dengan hewan peliharaannya dibandingkan dengan laki-laki. Pada saat perempuan berbicara dengan hewan peliharaannya, ucapan-ucapannya pun juga memiliki kemiripan dengan ucapan yang ditujukan kepada bayi. (Prato-Previde *et al.*, 2006). Penelitian yang dilakukan oleh Staats *et al.* (2006) juga menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak mempertahankan hewan peliharaannya untuk memberikan dukungan sosial pada pemiliknya, seperti halnya untuk membantu pemiliknya dalam melewati masa-masa yang sulit, atau karena mereka akan merasa kesepian jika tidak ada hewan peliharaan. Sedangkan laki-laki lebih menunjukkan alasan-alasan pragmatis saat memelihara hewan peliharaan, seperti halnya bahwa hewan peliharaan dapat membuat mereka tetap aktif, membantu mereka dalam 75 berolahraga, serta karena mereka memelihara hewan peliharaan untuk orang lain.

Penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan selama proses penyusunan laporan penelitian maupun selama proses pengumpulan data. Keterbatasan pada penelitian ini yakni walaupun mendapatkan jumlah responden yang cukup banyak, namun karakteristik yang didapatkan tidak seimbang, baik dari jenis

kelamin, jenis hewan peliharaan, maupun durasi memelihara hewan peliharaan. Cara penyebaran skala juga hanya terbatas pada individu yang aktif menggunakan sosial media saja sehingga tidak dapat menjangkau individu lainnya yang tidak menggunakan sosial media pada kesehariannya. Pada uji validitas konten dengan metode *professional judgement*, akan lebih baik apabila dapat melibatkan ekspertis lapangan atau peneliti ahli dalam bidang kesepian maupun kelekatan hewan peliharaan sehingga aitem-aitem dari skala yang akan digunakan dapat lebih relevan dengan variabel yang akan diteliti dan dapat memudahkan peneliti untuk mendapatkan hasil yang akurat.

Penelitian ini juga dilakukan pada saat pandemi sudah terjadi selama kurang lebih satu tahun, sehingga masyarakat sudah mulai membiasakan diri dengan situasi tersebut. Yang terakhir, skala penelitian yang digunakan tidak dapat mengungkapkan kesepian emosional maupun kesepian sosial dan juga belum disesuaikan dengan situasi pandemi COVID-19 yang sedang terjadi, sehingga hasil penelitian tidak dapat mengidentifikasi secara jelas jenis kesepian yang dialami serta tidak dapat dipastikan apakah terdapat perbedaan hasil penelitian pada masa pandemi COVID-19 dengan saat tidak terjadi pandemi. Diharapkan keterbatasan-keterbatasan pada penelitian ini dapat menjadi masukan untuk peneliti selanjutnya sehingga dapat memberikan hasil penelitian yang lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kelekatan hewan peliharaan dengan kesepian pada dewasa awal di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menemukan bahwa kesepian tidak dapat dihilangkan hanya dengan mengandalkan hewan peliharaan saja karena pada saat COVID-19 berlangsung masyarakat tidak bisa mendapatkan kontak sosial dengan lingkungan luar sedangkan hewan peliharaan hanya dapat memberikan ikatan emosional

namun tidak dapat memberikan kontak sosial yang lebih luas kepada pemiliknya. Selain itu, dengan adanya internet yang saat ini sangat mudah di akses maka dapat membantu masyarakat untuk berinteraksi dengan orang lain yang berada jauh darinya, serta pada saat pengambilan data memungkinkan kondisi masyarakat sudah melewati masa penyesuaian atau adaptasi karena sudah berjalan selama 16 bulan sejak pandemi COVID-19 dimulai.

DAFTAR PUSTAKA

- American Pet Products Association. (2021). *The APPA COVID-19 Pulse Study: Pet Ownership During The Pandemic, Volumes 1, 2, 3 & 4*. https://www.americanpetproducts.org/pulse_study_covidpulsestudy.asp
- Antonacopoulos, N. M. D., & Pynchyl, T. A. (2010). An examination of the potential role of pet ownership, human social support and pet attachment in the psychological health of individuals living alone. *Anthrozoos*, 23(1), 37–54. <https://doi.org/10.2752/175303710X12627079939143>
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian (XVI)*. Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2012). *Social Psychology (13th ed.)*. Pearson.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2020). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, (January), 0–5. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Narapidana Dewasa Awal Lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1). <http://dx.doi.org/10.33087/jiubj.v20i1.797>
- Bauer, N., & Rokach, A. (2004). The experience of loneliness in university: A

- cross-cultural study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 11(4), 283–302.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2004.9747936>
- Branson, S., Boss, L., Cron, S., & Turner, D. (2017). Depression, loneliness, and pet attachment in homebound older adult cat and dog owners. *Journal of Mind and Medical Sciences*, 4(1), 38–48.
<https://doi.org/10.22543/7674.41.p3848>
- Chan Hiu Ying, K. (2010). *Relationship of Pet Attachment and Self-Esteem among Adolescents in Hong Kong*.
- Christley, R. M., Murray, J. K., Anderson, K. L., Buckland, E. L., Casey, R. A., Harvey, N. D., ... Upjohn, M. M. (2021). Impact of the first COVID-19 lockdown on management of pet dogs in the UK. *Animals*, 11(1), 1–25.
<https://doi.org/10.3390/ani11010005>
- Gierveld, J. de J., van Tilburg, T., & Dykstra, P. A. (2009). Loneliness and Social Isolation. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, (May 2014), 485–500.
<https://doi.org/10.1017/cbo9780511606632.027>
- Cromer, L. D., & Barlow, M. R. (2013). Factors and Convergent Validity of The Pet Attachment and Life Impact Scale (PALS). *Human-Animal Interaction Bulletin*, 1(2), 34–56.
<https://doi.org/10.1037/e634302013-004>
- Human Animal Bond Research Institute (HABRI) and Mental Health America. (2020, May). *Top 5 Mental Health Benefits Of Having A Pet*, 1.
<https://habri.org/blog/mental-health-month-shareable-infographic-on-the-mental-health-benefits-of-pets/>
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227–237.
<https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
- Imani, I. (2020). *Hubungan Pet Attachment Dengan Tingkat Kesepian Di Kalangan Dewasa Awal*.
- 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>
- Lim, D. M. H., Eres, D. R., & Peck, M. C. (2019). *The young Australian loneliness survey Understanding loneliness in adolescence and young adulthood*. VicHealth. Hawthorn.
- Melson, G. F. (1990). Studying Children ' s Attachment to their Pets : A Conceptual and Methodological Review. *Anthrozoös*, 4(2), 91–99.
- Muawanah, A., & Tentama, F. (2020). Analysis Construct Validity And Reliability Of Loneliness Scale. *International Journal of Scientific & Technology Research*, 9(02), 3969–3974.
- Myers, D. G. (2010). *Social Psychology. Social Psychology (10th ed.)*. McGraw Hill.
- Nieforth, L. O., & O'Haire, M. E. (2020). The Role of Pets in Managing Uncertainty From COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12, 245–246.
<https://doi.org/10.1037/tra0000678>
- Nurdiani, A. F. (2014). Uji Validitas Konstruk Alat Ukur UCLA Loneliness Scale Version 3. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 3(4).
<https://doi.org/10.15408/jp3i.v3i4.9322>
- Nurlayli, R. K., & Hidayati, D. S. (2014). Kesepian Pemilik Hewan Peliharaan yang Tinggal Terpisah dari Keluarga. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 02(01), 21–35.
<https://doi.org/10.1038/132817a0>
- Pet ownership in Asia. (2021). Pet ownership in Asia. <https://insight.rakuten.com/pet-ownership-in-asia/>
- Peplau, L. A., & Goldston, S. E. (1984). *Preventing the Harmful Consequences of*

- Severe and Persistent Loneliness*. In *National Institute of Mental Health* (pp. 1–148).
<https://doi.org/10.5014/ajot.40.9.646a>
- Peplau, L. A., Russell, D., & Heim, M. (1979). The Experience of Loneliness. In *New Approaches to Social Problems* (pp. 53–78). Jossey-Bass.
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155–167.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.084>
- Prato-Previde, E., Fallani, G., & Valsecchi, P. (2006). Gender differences in owners interacting with pet dogs: An observational study. *Ethology*, 112(1), 64–73. <https://doi.org/10.1111/j.1439-0310.2006.01123.x>
- Ratschen, E., Shoesmith, E., Shahab, L., Silva, K., Kale, D., Toner, P., ... Mills, D. S. (2020). Human-animal relationships and interactions during the Covid-19 lockdown phase in the UK: Investigating links with mental health and loneliness. *PLoS ONE*, 15(9 September), 1–17.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239397>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480.
- Santrock, J. W. (2010). *Life-Span Development (13th ed)*. McGraw Hill.
- Shaw, L. H., & Gant, L. M. (2002). In defense of the internet: The relationship between internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support. *Cyberpsychology and Behavior*, 5(2), 157–171.
<https://doi.org/10.1089/109493102753770552>
- Simanjuntak, D., & Fitriana, R. (2020). Culture Shock, Adaptation, and Self-Concept of Tourism Human Resources in Welcoming the New Normal Era. *Society*, 8(2), 403–418.
<https://doi.org/10.33019/society.v8i2.200>
- Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships. *Journal of European Psychology Students*, 3, 15–23.
- Staats, S., Sears, K., & Pierfelice, L. (2006). Teachers' pets and why they have them: An investigation of the human animal bond. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(8), 1881–1891.
<https://doi.org/10.1111/j.0021-9029.2006.00086.x>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif (2nd ed.)*. Alfabeta.
- Who feels lonely? The results of the world's largest loneliness study. (2018). feels lonely? The results of the world's largest loneliness study.
<https://www.bbc.co.uk/programmes/articles/2yzhfv4DvqVp5nZyxBD8G23/who-feels-lonely-the-results-of-the-world-s-largest-loneliness-study>
- Zaparanick, T. L. (2008). *A Confirmatory Factor Analysis of the Lexington Attachment to Pets Scale*. University of Tennessee, Knoxville.
- Zasloff, R. L., & Kidd, A. H. (1994). Loneliness and Pet Ownership Among Single Women. *Psychological Reports*, 75, 747–752.