Science and Education Journal
Vol 5 No 2 (2026)
E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Hubungan *Pet Attachment* Dengan *Subjective Well-Being* Pada Individu Fase *Emerging Adulthood* Pemilik Kucing

Zebina Noqiova[1], Yolivia Irna Aviani[2]
[1] Universitas Negeri Padang , zebinanoqiova@gmail.com
[2] Universitas Negeri Padang , yoliv26.aviani@fip.unp.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being* pada individu fase *Emerging adulthood* yang memelihara kucing. Latar belakang penelitian didasarkan pada tingginya tekanan psikologis pada fase ini serta kebutuhan akan sumber dukungan emosional alternatif. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Data dikumpulkan melalui skala *Pet attachment* serta *Subjective well-being* yang mencakup afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being* ($\rho = 0{,}413$; $p < 0{,}001$). *Pet attachment* berkorelasi positif dengan afek positif ($\rho = 0{,}319$) dan kepuasan hidup ($\rho = 0{,}392$), serta negatif dengan afek negatif ($\rho = -0{,}385$; $p < 0{,}001$). Temuan ini menunjukkan bahwa keterikatan dengan kucing berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan subjektif, meskipun dalam kategori sedang.

Kata Kunci: *Subjective well-being Pet attachment, Emerging adulthood, afek, kepuasan hidup*

Abstract

This study aims to examine the relationship between Pet attachment and Subjective well-being among individuals in the Emerging adulthood phase who own cats. The background is based on the high level of psychological pressure during this stage and the need for alternative sources of emotional support. This research employed a quantitative approach with a correlational design. Data were collected using Pet attachment and Subjective well-being scales, covering positive affect, negative affect, and life satisfaction. The results revealed a significant positive relationship between Pet attachment and Subjective well-being ($\rho = 0.413$; $p < 0.001$). Pet attachment was positively correlated with positive affect ($\rho = 0.319$) and life satisfaction ($\rho = 0.392$), and negatively correlated with negative affect ($\rho = -0.385$; $p < 0.001$). These findings indicate that attachment to cats contributes to higher Subjective well-being, although the relationship is moderate in strength.

Keywords: *Subjective well-being , Pet attachment, Emerging adulthood, affect, life satisfaction.*

Corresponding Author:
Zebina Noqiova

Univeritas Negeri Padang; zebinanoqiova@gmail.com

PENDAHULUAN

Emerging adulthood adalah tahapan perkembanganyang dialami individu pada rentang usia 18 sampai 25 tahun (Arnett, 2015). Individu pada fase *Emerging adulthood* berada dalam proses menuju kemandirian, mulai membuat keputusan sendiri, serta berupaya menentukan arah hidupnya. Fase ini dicirikan dengan berbagai ketidakpastian karena individu sedang bertransisi dari masa remaja menuju kedewasaan. Banyak individu pada tahap ini mengalami kebingungan mengenai identitas diri, masa depan, serta tuntutan sosial yang semakin kompleks. Transisi tersebut sering kali menimbulkan tekanan psikologis karena adanya tuntutan untuk mandiri, sementara untuk memikul tanggung jawab sebagai orang dewasa individu tersebut belm mampu (Arnett, 2012).Fase *Emerging adulthood* muncul sebagai dampak dari perubahan tren sosial dalam masyarakat. Pada generasi sebelumnya, individu yang memasuki usia pertengahan 20-an umumnya telah menyelesaikan pendidikan, memiliki pekerjaan tetap, serta membangun rumah tangga (Santrock, 2019). Namun pada saat ini, banyak individu membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mencapai berbagai pencapaian tersebut. Bahkan, sebagian individu baru mencapainya pada akhir usia 20-an sampai 30-an (Vespa, 2017). Smith dkk. (2017) mengemukakan salah satu penyebab muncul nya fase ini adalah

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

baik laki-laki maupun perempuan lulusan sarjana semakin merasa takut untuk memasuki fase kedewasaan dan cenderung menunda tanggung jawab dewasa dibandingkan generasi sebelumnya.

Emerging adulthood juga tidak terlepas dari berbagai tantangan psikologis. Individu pada fase ini diketahui mengalami tingkat tekanan psikologis yang relatif tinggi (Matud dkk., 2020; Vizard dkk., 2020). Berbagai tuntutan seperti pencarian identitas diri, penyesuaian dengan lingkungan sosial baru, tuntutan akademik maupun pekerjaan, serta upaya menemukan arah hidup yang lebih mandiri dapat menimbulkan tekanan yang berdampak pada kondisi psikologis individu. Dalam konteks psikologi positif, Kondisi tersebut dapat dikaitkan dengan konsep *Subjective well-being* atau *Subjective well-being*. *Subjective well-being* mengacu pada penilaian individu terhadap kualitas hidupnya, yang meliputi komponen kognitif berupa tingkat kepuasan hidup serta komponen afektif yang mencerminkan pengalaman emosi, baik yang bersifat positif maupun negatif (Diener dkk, 2015).

Dalam ranah psikologi positif, kondisi ini terkait erat dengan konsep kesejahteraan subjektif (*Subjective well-being*). Menurut Diener, Oishi, dan Lucas (2015), kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai penilaian seseorang terhadap kehidupannya sendiri, yang mencakup dua elemen pokok: evaluasi kognitif dan evaluasi afektif. Evaluasi kognitif meliputi tingkat kepuasan hidup secara umum maupun pada domain-domain spesifik, seperti kesehatan, pekerjaan, pendidikan, serta hubungan sosial. Sementara evaluasi afektif berhubungan dengan pengalaman emosional yang dirasakan individu, meliputi emosi positif maupun negatif. Afek positif menggambarkan perasaan menyenangkan seperti kegembiraan, antusiasme, semangat, serta kebanggaan, sedangkan afek negatif mencakup sensasi seperti kesedihan, kekecewaan, kekhawatiran, kemarahan, atau rasa bersalah. Individu dengan tingkat *Subjective well-being* yang tinggi umumnya menunjukkan kepuasan hidup yang lebih baik serta cenderung lebih sering merasakan emosi positif dibandingkan emosi negatif. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat kepuasan hidup pada individu dapat mengalami perubahan sepanjang perkembangan usia. Luhmann (2017) menemukan adanya penurunan kepuasan hidup pada individu selama fase dewasa muda di Amerika Serikat. Temuan tersebut diperkuat oleh Robinson (2019) yang menyatakan bahwa fase krisis individu dalam kehidupan dewasa muda dapat berlangsung cukup lama dan berdampak signifikan terhadap tingkat *Subjective well-being*.

Diener dkk. (2015) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *Sujective Well-Being* yang baik akan cenderung menampakkan berbagai hasil positif dalam kehidupannya, seperti pencapaian dalam ekerjaan, relasi dan lingkungan sosial yang lebih baik, kondisi Kesehatan yang baik, serta kemampuan *coping* yang lebih baik dalam menghadapi stres. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat *Subjective well-being* rendah cenderung lebih rentan terhadap berbagai masalah psikologis, serta kesulitan dalam mengatasi tekanan sehari-hari. Fenomena rendahnya *Subjective well-being* pada individu usia *Emerging adulthood* dapat terlihat dari berbagai peristiwa yang dipicu oleh tekanan psikologis, seperti kebingungan identitas, ketidakpastian masa depan, dan meningkatnya stres perkembangan (Diener dkk., 2015; Schwartz dkk., 2013). Selain itu, hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap sepuluh responden menunjukkan adanya indikasi. Tingkat *Subjective well-being* yang rendah, misalnya berupa penilaian diri secara negatif, kebingungan dalam menentukan arah hidup, serta kesulitan menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa sebagian individu yang berada pada fase *Emerging adulthood* masih menunjukkan kerentanan dalam aspek *Subjective well-being.* Untuk memahami kondisi tersebut secara lebih mendalam, diperlukan identifikasi terhadap berbagai faktor yang berpotensi memengaruhinya *Subjective well-being*. Dukungan sosial alah satu faktor yang berperan penting, karena dukungan sosial memungkinkan individu merasa diperhatikan, dihargai, serta memperoleh bantuan emosional dalam menghadapi stres (Cohen & Wills, 1985). Namun dalam kehidupan modern, banyak individu masih kurang bisa mengakses dukungan sosial yang kuat dari lingkungan sosialnya. Banyak individu justru mengalami perasaan kesepian meskipun memiliki banyak koneksi sosial.

Dalam kondisi tersebut, muncul alternatif sumber dukungan sosial, salah satunya melalui hubungan dengan hewan peliharaan. Bagi sebagian individu, Hewan peliharaan khususnya kucing tidak hanya dianggap sebagai hewan peliharaan, melainkan juga sebagai teman yang mampu memberikan rasa tenang dan kebahagiaan. Penelitian Juliadilla & Hastuti (2019) mengatakan bahwa hewan peliharaan dapat menjadi sumber kegembiraan dan menghadirkan senyum dalam kehidupan

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

sehari-hari individu .Pergeseran ini telah menunjukkan adanya perubahan makna dalam hubungan manusia dengan hewan peliharaan, yaitu hewan peliharaan dapat menjadi sistem dukungan sosial alternatif. Dalam pra-survei yang dilakukan terhadap tujuh orang pemilik kucing di Bukittinggi, empat responden menyatakan bahwa mereka merasa cemas ketika kucing mereka sakit atau hilang, serta merasa senang ketika kucing mereka sehat dan aktif. Mereka juga terbiasa memberikan perhatian lebih kepada kucing peliharaan mereka melalui pemberian makanan, mainan, maupun interaksi langsung seperti mengelus dan bermain bersama. Fenomena tersebut menggambarkan adanya indikasi ikatan emosional antara manusia dan hewan peliharaan yang disebut sebagai *Pet attachment*. Beberapa ahli telah emberikan definisi mengenai *Pet attachment.* Salah satunya adalah Johnson dkk. (1992) yang mengartikan *Pet attachment* sebagai ikatan emosional yang saling timbal balik, di mana terlibat unsur kasih sayang, perhatian, serta rasa kepemilikan terhadap hewan peliharaan.

Keberadaan hewan peliharaan dapat memberikan kontribusi sebagai sumber dukungan emosional bagi individu. Greenglass dan Fiksenbaum (2009) mengemukakan bahwa interaksi dengan hewan peliharaan berpotensi menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan depresi, sekaligus meningkatkan rasa relaksasi serta kepuasan hidup. Penelitian McConnell dkk. (2011) juga menemukan bahwa individu yang memelihara hewan cenderung memiliki tingkat *self-esteem* yang lebih tinggi, serta tingkat kesepian dan depresi yang lebih rendah, dan menunjukkan kebahagiaan subjektif yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki hewan peliharaan. Penelitian lain juga mengungkapkan adanya kaitan signifikan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being*. As'ari (2021) menemukan hubungan positif antara *Pet attachment* dengan *Subjective well-being*. Sementara itu, Woo dan Kim (2023) menyatakan bahwa ikatan yang kuat dengan hewan peliharaan berkorelasi positif dengan *Subjective well-being*. Singkatnya, ikatan emosional terhadap hewan peliharaan memengaruhi tingkat *Subjective well-being*. Oleh karena itu, ikatan semacam ini dapat berfungsi sebagai bentuk dukungan sosial alternatif yang mendukung individu dalam mengelola tekanan hidup sekaligus meningkatkan *Subjective well-being.*

Secara teori, studi tentang *Subjective well-being* telah menunjukkan bahwa konsep ini terdiri atas dua elemen utama, yakni dimensi kognitif dalam bentuk kepuasan hidup serta dimensi afektif yang mencakup afek positif dan afek negatif (Diener, 2015). Di sisi lain, *Pet attachment* adalah wujud kelekatan emosional yang didasari teori *attachment* dari Bowlby, di mana individu membangun ikatan emosional dengan sosok yang menyediakan rasa aman dan kenyamanan. Pada hubungan antara manusia dan hewan, hewan peliharaan bisa menjadi sosok lekat yang memberikan dukungan emosional serta rasa terhubung. Johnson dkk. (1992) menguraikan *Pet attachment* sebagai ikatan emosional yang saling timbal balik antara pemilik dan hewan peliharaannya, melibatkan unsur kasih sayang, perhatian, serta rasa kepemilikan. Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian ini relevan untuk dilaksanakan guna mengeksplorasi hubungan antara *Pet attachment* pada pemilik kucing dengan *Subjective well-being* pada individu di fase *Emerging adulthood*. Penelitian tersebut bertujuan menganalisis keterkaitan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being* pada pemilik kucing yang berada dalam tahap *Emerging adulthood*. Hasilnya diharapkan berkontribusi pada pengembangan ilmu psikologi, terutama di bidang psikologi positif serta interaksi manusia-hewan. Lebih lanjut, penelitian ini juga diantisipasi memberikan manfaat praktis bagi individu *Emerging adulthood* agar lebih memahami nilai dukungan emosional dari hewan peliharaan, sekaligus menjadi rujukan bagi para praktisi dalam merancang intervensi berbasis hewan sebagai opsi alternatif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan ini dipilih untuk menguji hipotesis melalui pengukuran variabel secara objektif dan analisis statistik (Sugiyono, 2015). Desain korelasional diterapkan agar dapat mengidentifikasi hubungan antarvariabel tanpa melakukan manipulasi, sambil memperhatikan kekuatan serta arah koefisien korelasi (Azwar, 2015). Populasi penelitian terdiri dari individu di fase *Emerging adulthood* (usia 18–25 tahun) yang memelihara kucing. Teknik pengambilan sampel mengandalkan *non-probability* sampling dengan kriteria spesifik, yakni usia 18–25 tahun, tinggal di Kota Bukittinggi, dan memiliki kucing sebagai hewan peliharaan. Total sampel mencapai 120 partisipan, yakni 34 laki-laki dan 86

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

perempuan.Pengumpulan data dilakukan dengan metode kuesioner berbasis skala Likert. Instrumen yang digunakan terdiri dari dua skala psikologis yang telah diadaptasi, yaitu skala *Pet attachment* dan skala *Subjective well-being*. Untuk mengukur variabel *Pet attachment*, alat ukur dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori Johnson dkk. (1992), yang meliputi aspek *general attachment, people substituting,* serta *animal welfare*, dengan total 24 butir pernyataan. Adapun *Subjective well-being* diukur melalui dua instrumen, yakni *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) dari Diener dkk. (1985) dan *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) dari Watson dkk. (1988), yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Akhtar (2019). Skala SWLS memiliki 5 item, sementara PANAS mencakup 20 item yang membagi dimensi afek positif dan afek negatif.

Skala-skala yang dipakai dalam penelitian ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas mengacu pada koefisien korelasi item-total dengan batas minimal ≥ 0,30. Hasilnya, semua item pada skala *Subjective well-being* dinyatakan valid dengan rentang nilai 0,732–0,781. Begitu pula skala *Pet attachment*, di mana ke-24 itemnya valid dengan koefisien antara 0,380–0,775. Uji reliabilitas dilakukan melalui koefisien Cronbach's Alpha. Temuan menunjukkan nilai 0,807 untuk *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), 0,766 pada dimensi afek negatif serta 0,765 pada afek positif dari *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS), dan 0,745 untuk skala *Pet attachment*. Angka-angka ini menandakan bahwa semua instrumen memiliki reliabilitas yang baik. Data yang terkumpul diolah dengan teknik statistik deskriptif. Uji asumsi mencakup normalitas melalui *Kolmogorov-Smirnov*. Pengujian hipotesis memanfaatkan analisis korelasi *Spearman-rho* guna mengungkap hubungan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being*. Pengolahan data dibantu oleh perangkat lunak JASP.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel. 1 Kategorisasi *Subjecktif Well-being*

Subjectif Well-being	**Kategorisasi**	**Subjek**	
		F(∑)	**%**
Kognitif/Life satisfaction	Rendah	24	20%
	Sedang	92	76,7%
	Tinggi	4	3,3%
Total		120	100%
Afek Positif	Rendah	22	18,3%
	Sedang	87	72,5%
	Tinggi	11	9,17%
Total		120	100%
Afek Negatif	Rendah	21	17,5%
	Sedang	80	66,7%
	Tinggi	19	15,8%
Total		161	100%

Dalam penelitian ini, kategorisasi skor dibagi menjadi tiga tingkat yaitu rendah, sedang, dan tinggi, berdasarkan rumus mean ditambah atau dikurangi standar deviasi (Azwar, 2012). Hasil kategorisasi *Subjective well-being*, yang meliputi aspek kognitif (kepuasan hidup), afek positif, serta afek negatif, menunjukkan bahwa mayoritas subjek berada pada kategori sedang untuk ketiga dimensi tersebut. Untuk aspek kognitif (kepuasan hidup), sebanyak 76,7% responden termasuk kategori sedang, diikuti 20% pada kategori rendah dan 3,3% pada tinggi. Pada afek positif, 72,5% responden berada di kategori sedang, dengan 18,3% rendah dan 9,17% tinggi. Sementara untuk afek negatif, 66,7% responden pada kategori sedang, diikuti 17,5% rendah dan 15,8% tinggi.

Secara keseluruhan, hasil ini menggambarkan bahwa tingkat *Subjective well-being* subjek penelitian umumnya berada pada level sedang, artinya individu tersebut cukup mampu menikmati kepuasan hidup dan emosi positif, meskipun masih mengalami afek negatif dengan intensitas sedang.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Tabel 2. Kategorisasi *Pet attachment*

Kategorisasi	Subjek	
	F(∑)	%
Rendah	15	12,5%
Sedang	85	70,8%
Tinggi	20	16,7%
	120	100%

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden tergolong kategori sedang sebanyak 70,8%, diikuti tinggi 16,7%, dan rendah 12,5%. Ini menggambarkan bahwa tingkat *Pet attachment* pada responden secara umum berada di level sedang, artinya kebanyakan individu memiliki ikatan emosional yang cukup kuat dengan hewan peliharaannya, tapi belum sampai pada tingkat yang sangat mendalam.

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Statistik	P	Keterangan
Pet attachment	0,188	<.001	Tidak Normal
Kognitif/ *Life satisfaction*	0,207	<.001	Tidak Normal
Afek Positif	0,185	<.001	Tidak Normal
Afek Ngatif	0.140	.018	Tidak Normal

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa seluruh variabel dalam penelitian ini memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05. Variabel *Pet attachment* ($p < 0,001$), life satisfaction ($p < 0,001$), afek positif ($p < 0,001$), dan afek negatif ($p = 0,018$) seluruhnya tidak memenuhi asumsi normalitas. Hal ini mengindikasikan bahwa distribusi data pada masing-masing variabel tidak berdistribusi normal. Berdasarkan temuan tersebut, analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik non-parametrik, yaitu korelasi Spearman, yang tidak mensyaratkan distribusi data normal.

Tabel. 4 Uji Korelasi *Spearman' rho*

			Spearman's rho	p
Pet attachment	-	Afek Negatif	-0.335	< .001
Pet attachment	-	Afek Positif	0.268	.003
Pet attachment	-	Kognitif /*Life satisfaction*	0.376	< .001
Pet attachment	-	*Subjective well-being*	0.361	< .001

Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh hubungan antar variabel dalam penelitian ini signifikan secara statistik ($p < 0,001$ - p 0,003), sehingga dinyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being*, baik pada aspek afektif maupun kognitif. Temuan ini menegaskan bahwa keterikatan individu dengan hewan peliharaan memiliki kontribusi terhadap *Subjective well-being*, meskipun bukan sebagai faktor yang bersifat dominan.Secara umum, hubungan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being* menunjukkan arah positif dengan kekuatan sedang ($\rho = 0,361$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterikatan emosional individu terhadap hewan peliharaannya, semakin tinggi pula tingkat *Subjective well-being* yang dimiliki. Pada individu fase *Emerging adulthood*, hubungan ini menjadi relevan karena fase perkembangan ini ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakstabilan emosional, serta ketidakpastian dalam berbagai aspek kehidupan. Arnett (2015) menjelaskan bahwa *Emerging adulthood* merupakan periode "*in-between*", di mana individu belum sepenuhnya mandiri tetapi juga tidak lagi bergantung, sehingga sering muncul ambivalensi antara kebutuhan akan kemandirian dan kebutuhan akan

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

kedekatan emosional. Dalam kerangka *Subjective well-being*, Diener menjelaskan bahwa *Subjective well-being* terdiri dari komponen afektif (afek positif dan negatif) serta komponen kognitif berupa kepuasan hidup (Diener dkk., 2015). Pada fase ini, keterikatan dengan hewan peliharaan dapat berkontribusi pada kedua komponen tersebut, baik melalui pengalaman emosional sehari-hari maupun melalui penilaian individu terhadap kehidupannya secara keseluruhan.

Dalam konteks *Emerging adulthood*, kebutuhan akan rasa aman dan keterhubungan menjadi semakin penting karena individu sedang berada dalam masa transisi menuju kemandirian. Hewan peliharaan, khususnya kucing, dapat berperan sebagai sumber dukungan emosional yang relatif stabil, mudah diakses, dan bebas dari tuntutan sosial yang kompleks. Menurut Bowlby (1989), dalam *attachment theory*, individu membentuk ikatan dengan figur yang memberikan rasa aman (*secure base*) dan tempat kembali saat menghadapi tekanan (*safe haven*). Pada individu *Emerging adulthood*, yang mengalami ambivalensi antara kemandirian dan kebutuhan afeksi (Arnett, 2015), kucing dapat berfungsi sebagai figur kelekatan alternatif yang membantu memenuhi kebutuhan tersebut. Kehadiran kucing yang konsisten serta interaksi yang sederhana namun bermakna, seperti menemani atau merespons secara afektif yang dapat menciptakan rasa stabilitas emosional di tengah dinamika perkembangan yang tidak stabil. Temuan ini diperkuat oleh Sable (2013) yang menyatakan bahwa hubungan dengan hewan peliharaan dapat menyerupai hubungan kelekatan karena mampu memberikan rasa aman emosional dan mengurangi perasaan kesepian. Selain itu, McConnell dkk. (2011) menemukan bahwa pemilik hewan peliharaan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi karena memperoleh dukungan sosial dan rasa keterhubungan dari hewan peliharaan mereka. Purewal dkk. (2017) juga menunjukkan bahwa interaksi dengan hewan peliharaan berkontribusi terhadap kesejahteraan emosional melalui peningkatan rasa aman dan keterhubungan. Dalam konteks Indonesia, As'ari (2021) menemukan bahwa *Pet attachment* berhubungan positif dengan *Subjective well-being*,

Jika ditinjau lebih spesifik pada aspek afektif, hubungan antara *Pet attachment* dan afek positif menunjukkan arah positif yang signifikan dengan kekuatan lemah (ρ = 0,268). Temuan ini mengindikasikan bahwa pada individu *Emerging adulthood* yang memelihara kucing, keterikatan dengan hewan peliharaan berkontribusi terhadap munculnya emosi positif, meskipun bukan sebagai faktor utama. Pada fase ini, pengalaman afek positif umumnya lebih dipengaruhi oleh aspek yang lebih dominan, seperti kualitas relasi dengan teman sebaya dan pasangan, serta pencapaian akademik atau tujuan hidup. Arnett (2012) menekankan bahwa *Emerging adulthood* merupakan periode eksplorasi identitas dan relasi interpersonal, sementara Demir dkk. (2012) menunjukkan bahwa kualitas persahabatan memiliki kontribusi signifikan terhadap kebahagiaan pada dewasa muda. Oleh karena itu, peran kucing lebih terlihat sebagai sumber micro-positive experiences, yaitu pengalaman emosional kecil namun berulang, seperti rasa tenang saat berinteraksi atau perasaan nyaman ketika ditemani yang secara akumulatif mendukung kesejahteraan emosional sehari-hari. Hal ini sejalan dengan *broaden-and-build theory* dari Fredrickson (2001), yang menjelaskan bahwa emosi positif yang muncul secara berulang, meskipun dalam intensitas kecil, dapat memperluas kapasitas psikologis dan berkontribusi terhadap kesejahteraan jangka panjang.

Dalam konteks *Emerging adulthood*, interaksi dengan kucing memiliki karakteristik yang adaptif karena tidak melibatkan tuntutan sosial yang kompleks. Arnett (2012) menyatakan bahwa hubungan interpersonal pada fase ini cenderung dinamis dan belum stabil, sehingga sering menjadi sumber tekanan emosional. Berbeda dengan relasi tersebut, kucing dengan sifatnya yang relatif independen memungkinkan terbentuknya kedekatan emosional tanpa memunculkan beban relasional, sehingga pengalaman positif yang dihasilkan cenderung spontan dan tidak menekan. Temuan ini didukung oleh McConnell dkk. (2011) yang menunjukkan bahwa hewan peliharaan dapat meningkatkan perasaan keterhubungan tanpa kompleksitas hubungan manusia, serta Brooks dkk. (2018) yang menegaskan bahwa hewan peliharaan berperan sebagai sumber dukungan emosional yang bebas dari evaluasi sosial. Dengan demikian, pada individu *Emerging adulthood*, keterikatan dengan kucing berfungsi sebagai pelengkap dalam membangun afek positif, bukan sebagai sumber utama, namun tetap relevan dalam menjaga kualitas pengalaman emosional sehari-hari.

Sebaliknya, hubungan antara *Pet attachment* dan afek negatif menunjukkan arah negatif yang signifikan dengan kekuatan sedang (ρ = -0,335). Temuan ini menunjukkan bahwa pada individu *Emerging adulthood*, keterikatan dengan kucing lebih efektif dalam menekan emosi negatif dibandingkan dalam meningkatkan emosi positif. Arnett (2012) menjelaskan bahwa fase *Emerging*

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

adulthood ditandai dengan ketidakstabilan dalam berbagai domain kehidupan, seperti pendidikan, pekerjaan, dan relasi, yang membuat individu lebih rentan mengalami stres dan kecemasan. Dalam kondisi ini, kehadiran hewan peliharaan dapat berfungsi sebagai *emotional buffer*, yaitu mekanisme yang membantu meredakan intensitas emosi negatif melalui interaksi yang menenangkan dan konsisten. Allen dkk. (2002) menemukan bahwa kehadiran hewan peliharaan dapat menurunkan respons fisiologis terhadap stres, seperti tekanan darah dan detak jantung, sementara Beetz dkk. (2012) menunjukkan bahwa interaksi dengan hewan peliharaan berkaitan dengan peningkatan oksitosin yang berperan dalam menurunkan kecemasan. Selain itu, Brooks dkk. (2018) menegaskan bahwa hewan peliharaan berfungsi sebagai sumber dukungan emosional yang membantu individu mengelola tekanan psikologis dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pada individu *Emerging adulthood*, keterikatan dengan kucing dapat dipahami sebagai salah satu bentuk coping emosional yang adaptif dalam mengurangi afek negatif.

Pada aspek kognitif, hubungan antara *Pet attachment* dan kepuasan hidup menunjukkan arah positif yang signifikan dengan kekuatan sedang ($\rho = 0{,}376$). Temuan ini mengindikasikan bahwa pada individu *Emerging adulthood*, keterikatan dengan kucing peliharaan berkontribusi terhadap evaluasi yang lebih positif terhadap kehidupan secara keseluruhan. Dalam kerangka *Subjective well-being*, kepuasan hidup merupakan komponen kognitif yang merefleksikan penilaian individu terhadap kualitas hidupnya berdasarkan standar dan harapan pribadi (Diener dkk., 2015). Pada fase *Emerging adulthood*, proses evaluasi ini menjadi lebih kompleks karena individu sedang berada dalam tahap eksplorasi identitas dan penentuan arah hidup, yang sering kali disertai dengan ketidakpastian (Arnett, 2004). Kadiran kucing peliharaan dalam situasi ini dapat memberikan kontribusi melalui pembentukan struktur kehidupan sehari-hari dan rasa tanggung jawab yang relatif stabil. Aktivitas seperti memberi makan, merawat, dan berinteraksi secara rutin menciptakan pola kehidupan yang lebih teratur, yang pada gilirannya dapat meningkatkan persepsi kontrol dan makna hidup. Hal ini penting bagi individu *Emerging adulthood* yang sering mengalami ketidakstabilan dalam aspek akademik, pekerjaan, maupun relasi sosial. Dengan demikian, *Pet attachment* tidak hanya berperan pada level emosional, tetapi juga membantu membentuk evaluasi kognitif yang lebih positif terhadap kehidupan. Temuan ini sejalan dengan Bao dan Schreer (2016) yang menemukan bahwa kepemilikan hewan peliharaan berkaitan dengan peningkatan kepuasan hidup melalui rasa keterhubungan dan makna personal yang diberikan oleh hewan peliharaan. Selain itu, González-Ramírez dan Landero-Hernández (2014) menunjukkan bahwa interaksi dengan hewan peliharaan berkontribusi terhadap evaluasi positif terhadap kehidupan, terutama melalui pengurangan perasaan kesepian dan peningkatan rasa memiliki. Dalam konteks Indonesia, penelitian As'ari (2021) juga menunjukkan bahwa *Pet attachment* berkaitan dengan meningkatnya kepuasan hidup pada dewasa muda, meskipun pengaruhnya tidak bersifat dominan. Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *Pet attachment* berkontribusi terhadap *Subjective well-being* pada individu *Emerging adulthood* pemilik kucing melalui mekanisme yang bersifat multidimensional. Pada aspek afektif, keterikatan dengan hewan peliharaan lebih berperan dalam menekan emosi negatif dibandingkan meningkatkan emosi positif, sehingga berfungsi sebagai *emotional buffer* yang membantu menjaga stabilitas emosional di tengah dinamika perkembangan yang tidak stabil. Sementara itu, pada aspek kognitif, keberadaan kucing peliharaan turut berkontribusi dalam membentuk evaluasi positif terhadap kehidupan melalui penciptaan makna, rasa tanggung jawab, dan rutinitas yang terstruktur. Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa *Pet attachment* bukan merupakan determinan utama *Subjective well-being*, melainkan faktor pendukung yang bekerja bersama variabel lain, seperti kualitas relasi interpersonal dan pencapaian tujuan hidup. Dengan demikian, dalam konteks *Emerging adulthood*, keterikatan dengan kucing lebih tepat dipahami sebagai sumber dukungan emosional tambahan yang berperan dalam menjaga keseimbangan psikologis dan memperkaya pengalaman *Subjective well-being* secara keseluruhan.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

KESIMPULAN

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *Pet attachment* dan *Subjective well-being*, baik pada aspek afektif maupun kognitif, yang mengindikasikan bahwa keterikatan emosional dengan hewan peliharaan berkontribusi terhadap *Subjective well-being*. Secara lebih rinci, *Pet attachment* berhubungan positif dengan afek positif dan kepuasan hidup, serta berhubungan dengan penurunan afek negatif. Hal ini menunjukkan bahwa keterikatan dengan hewan peliharaan dapat berperan sebagai sumber dukungan emosional dalam menjaga keseimbangan psikologis. Namun demikian, kekuatan hubungan yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa *Pet attachment* bukan merupakan faktor utama, melainkan faktor pendukung dalam *Subjective well-being*. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa relasi manusia dengan hewan peliharaan dapat menjadi sumber dukungan emosional alternatif, khususnya pada fase *Emerging adulthood* yang rentan terhadap tekanan perkembangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih secara khusus ditujukan kepada dosen pembimbing atas arahan, masukan, serta bimbingan yang diberikan selama proses penelitian hingga penulisan artikel. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang telah terlibat dalam pelaksanaan penelitian ini. Selain itu, penulis juga mengapresiasi partisipasi para responden yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner. Dukungan dari keluarga dan rekan-rekan turut dihargai atas kontribusinya dalam memberikan motivasi selama proses penyusunan penelitian ini.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

DAFTAR PUSTAKA

Akhtar, H. (2019). Evaluasi properti psikometris dan perbandingan model pengukuran konstruk *Subjective well-being. Jurnal Psikologi, 18*(1), 29–40.

Allen, K. (2003). Are pets a healthy pleasure? The influence of pets on blood pressure. *Current Directions in Psychological Science, 12*(6), 236–239.

Antonacopoulos, N. M. D., & Pychyl, 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. *Anthrozoös, 23*(1), 37–54.

Arnett, J. J. (2012). *Adolescence and Emerging adulthood* (5th ed.). Pearson.

Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.

As'ari, H. (2021). Hubungan antara *Pet attachment* dengan *Subjective well-being* pada pemilik hewan peliharaan. *Jurnal Psikologi, 10*(2), 45–56.

Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi 4). Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.

Bao, K. J., & Schreer, G. (2016). Pets and happiness: Examining the association between pet ownership and well-being. *Anthrozoös, 29*(2), 283–296.

Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human–animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology, 3*, 234.

Bowlby, J. (1989). A secure base: *Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Brooks, H. L., Rushton, K., Lovell, K., Bee, P., Walker, L., Grant, L., & Rogers, A. (2018). The power of support from companion animals for people living with mental health problems: A systematic review. *BMC Psychiatry, 18*(1), 31.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310–357.

Demir, M., & Weitekamp, L. A. (2012). I am so happy 'cause today I found my friend: Friendship and personality as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies, 13*(1), 147–166.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of *Subjective well-being*. *American Psychologist, 70*(3), 234–242.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist, 56*(3), 218–226.

González-Ramírez, M. T., & Landero-Hernández, R. (2014). Benefits of dog ownership: Comparative study of equivalent samples. *Journal of Veterinary Behavior, 9*(6), 311–315.

Greenglass, E., & Fiksenbaum, L. (2009). Proactive coping, positive affect, and well-being: Testing for mediation using path analysis. *European Psychologist, 14*(1), 29–39.

Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington *Attachment* to Pets Scale (LAPS). *Anthrozoös, 5*(3), 160–175.

Juliadilla, R. (2018). Peran pet (hewan peliharaan) pada tingkat stres pegawai purnatugas. *Jurnal Psikologi Integratif, 6(*2), 153–175.

Luhmann, M. (2017). The development of *Subjective well-being*. In J. Specht (Ed.), *Personality development across the lifespan* (pp. 197–218). Academic Press.

Matud, M. P., García, M. C., & Fortes, D. (2020). Relevance of gender and social support in self-rated health and life satisfaction in elderly Spanish people. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(3), 1–13.

McConnell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayton, L. E., & Martin, C. E. (2011). Friends with benefits: On the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(6), 1239–1252.

Purewal, R., Christley, R., Kordas, K., Joinson, C., Meints, K., Gee, N., & Westgarth, C. (2017). Companion animals and child/adolescent development: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(3), 234.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

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.

Sable, P. (2012). The pet connection: An *attachment* perspective. *Clinical Social Work Journal*, 41(1), 93–99.

Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (16th ed.). McGraw-Hill Education.

Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Luyckx, K., Meca, A., & Ritchie, R. A. (2013). Identity in *Emerging adulthood*: Reviewing the field and looking forward. *Emerging adulthood*, *1*(2), 96–113.

Smith, T. W., & Son, J. (2017). Trends in fear of adulthood and rejection of adult responsibilities among U.S. college graduates, 1982–2012. *Social Science Research, 67*, 1–12.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Vespa, J. (2017). *The changing economics and demographics of young adulthood: 1975–2016*. U.S. Census Bureau.

Vizard, T., Sadler, K., Ford, T., Marcheselli, F., Davis, J., Leach, C., & McManus, S. (2020). *Mental health of children and young people in England,* 2020. NHS Digital.

Woo, E., & Kim, Y. (2023). The relationship between *Pet attachment* and *Subjective well-being*: The mediating role of basic psychological needs. *Current Psychology.*