

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hewan peliharaan merupakan hewan yang secara sebagian atau keseluruhan hidupnya bergantung dengan manusia untuk maksud tertentu (Pemerintah RI, 2009). Hewan peliharaan sendiri dapat dikenal sebagai *companion animal*, dimana hewan peliharaan menjadi hewan pendamping bagi pemiliknya yang diidentifikasi sebagai sumber persahabatan dan dukungan sosial kepada pemiliknya secara langsung. Dukungan sosial yang dimaksud adalah ketika pemilik merasa dirinya tidak mendapatkan perhatian dan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya (Wood dkk., 2015)

Survei yang dilakukan oleh Rakuten pada tahun 2021 memberikan hasil bahwa banyak penduduk Asia yang senang memelihara hewan peliharaan anjing dan kucing, salah satunya yang menduduki peringkat no 1 untuk memelihara kucing terbanyak dengan presentase 47 persen yaitu negara Indonesia. Lalu ada Filipina yang menjadi negara yang paling banyak memelihara anjing dengan presentase 67 persen (dataindonesia.id, 2022).

Pada masyarakat modern sekarang ini, hewan peliharaan lebih dianggap sebagai sahabat (le Roux & Wright, 2020). Tidak sering hewan peliharaan juga dianggap sebagai bagian dari keluarga, dimana itu bagian dari sebuah “keakraban” yang terjalin. Sikap dan perasaan tersebut didefinisikan sebagai menikmati kedekatan fisik dan mencari kenyamanan pada hewan peliharaan yang dimiliki (Smolkovic dkk., 2012). Hewan peliharaan yang hidup dalam ruang lingkup

keluarga, diharapkan bisa menjalin hubungan yang memiliki keterikatan emosional antara hewan peliharaan dengan anggota keluarga (Favre, 2018).

Hewan peliharaan menawarkan hubungan yang sehat, contohnya yaitu anjing yang memberikan manfaat dari aktivitas fisik seperti kebutuhan dan keinginan anjing itu sendiri untuk berjalan bersama dengan pemilik (Smolkovic dkk., 2012). Manfaat lainnya dari memiliki hewan peliharaan yaitu bisa meningkatkan kesejahteraan hidup dengan terpenuhinya kebutuhan sosial pemilik hewan peliharaan, misal kurangnya koneksi dengan manusia lain. Hewan peliharaan bisa mejadi sumber dukungan sosial dimana pemiliknya mendapatkan pemenuhan kebutuhan sosial ketika melakukan kegiatan bersama hewan peliharaannya. Sehingga pemilik hewan peliharaan tidak merasa *loneliness* dan akan lebih percaya diri (McConnell dkk., 2011).

Manusia diciptakan sebagai individu yang dikelilingi kemanan dan kehangatan sejak dikandung oleh ibu, sehingga individu dapat berkembang tanpa bertanya – tanya akan “siapakah diriku?”. Jalinan koneksi harus berlanjut dari ibu ke lingkungan sosial, sehingga individu dapat terus merasakan keamanan dan kehangatan menjadi individu itu sendiri. Namun ketika koneksi itu tidak didapatkan, individu akan merasa hampa dan hening dalam dirinya sendiri. Sehingga keadaan tersebut menyebabkan *loneliness* yang dapat merusak secara perlahan individu dengan rasa sakit yang luar biasa (Swan, 2018).

Loneliness merupakan perasaan dimana individu merasa sendirian, menganggap diri sendiri tidak dicintai, tidak penting, dan tidak diperhatikan

merupakan pengalaman yang kita sebut dengan (Rokach, 2019b). *Loneliness* memunculkan rasa sakit, persepsi tentang diri sendiri yang terisolasi atau sendirian, dan kurangnya relasi yang dekat dengan orang lain (Svendsen, 2017).

Sendirian pada dasarnya merupakan istilah numerik dan fisik yang tidak menggambarkan apapun, selain kenyataan bahwa seseorang tidak dikelilingi oleh orang lain. Seseorang yang menyatakan kalau dirinya sendirian, bisa menjadi nilai positif atau negatif untuk mengungkapkan keadaan emosioanalnya. Sebagian besar, *loneliness* digunakan untuk mengekspresikan keadaan negatif sedangkan kesendirian bisa menggambarkan kondisi yang positif, dimana seseorang menikmati kesendiriannya. Oleh sebab itu *loneliness* lebih mendapat perhatian yang lebih besar dibanding kesendirian, yang mana bisa mengungkap keadaan emosional yang negatif pada seseorang (Svendsen, 2017).

Faktor yang bisa menyebabkan *loneliness* salah satunya adalah tingkat kontak sosial yang rendah. Kurangnya kontak sosial bisa memicu seseorang mengalami *loneliness* sehingga merasa tidak adanya dukungan dari orang sekitar. Hal tersebut bisa menjadi tanda - tanda perilaku terkait kualitas hubungan sosialnya (Rokach, 2019a).

Survei oleh Populix 10 Oktober 2022 yang dirangkum dalam laporan “*Indonesia’s Mental Health State and to Medical Assistance*”, melakukan survei pada 1.005 laki – laki dan perempuan berusia 18 hingga 54 tahun menyimpulkan bahwa 46 persen responden merasa *loneliness* dan sisanya (59 persen) mengalami masalah finansial, yang mana keduanya bisa memicu munculnya gangguan

kesehatan mental (suarasurabaya.net, 2022). Dalam survei yang dilakukan CIGNA tahun 2018 pada 20.000 orang dewasa di negara America, 46 persen merasa sendiri bisa kadang – kadang atau selalu, 47 persen merasa tertinggal, 27 persen merasa jarang atau tidak pernah merasa seolah – olah ada orang yang memahami mereka dengan benar, 43 persen merasa hubungan mereka tidak bermakna, dan 43 persen merasa terasingkan dari orang lain.

Faktor lain yang juga bisa mempengaruhi *loneliness* yaitu jenis kelamin individu (Cacioppo & Cacioppo, 2018). Pinel (Helm dkk., 2018) menjelaskan bahwa peran jenis kelamin di lingkungan menjadi dorongan dalam perbedaan dinamika emosi yang terjadi pada laki – laki dan perempuan. Laki – laki dituntut lebih mandiri tanpa adanya keterlibatan dengan emosi dan tidak mengungkapkan emosi yang dirasa, sedangkan perempuan dituntut untuk lebih memahami emosi yang ada, pasif, dan lebih mengerti akan kehidupan sosialnya.

Borys & Perlman (Pagan, 2020) menjelaskan perbedaan *loneliness* berdasarkan jenis kelamin terkait dengan adanya *stereotype* yang terdapat di masyarakat. Perempuan cenderung lebih mengenali dan mengakui ketika ia sedang merasa *loneliness* dengan mudah, dibandingkan dengan laki – laki memiliki penerimaan sosial yang rendah dari rasa *loneliness*, sehingga membuat laki – laki kesulitan mengungkapkan rasa emosionalnya.

Maes, dkk. (2019) menjelaskan pengaruh jenis kelamin dengan *loneliness* dapat terbentuk dari kaitannya antara individu dengan lingkungan sekitarnya, seperti teman sebaya, keluarga dan juga pasangan. Perempuan lebih erat kaitannya

dengan konteks keluarga, sehingga memiliki harapan yang lebih tinggi dan lebih sulit terpenuhi, membuat perempuan rentan terhadap *loneliness*. Martel (Maes, dkk., 2019) menambahkan bahwa perbedaan jenis kelamin dalam kesepian dapat dipengaruhi oleh perempuan yang memiliki emosi lebih negatif dan kontrol diri yang sulit sehingga emosi yang ada dapat menyebabkan perempuan lebih merasa kesepian daripada laki – laki.

Perbedaan *loneliness* pada jenis kelamin dapat dipengaruhi oleh adanya perbedaan jenis *loneliness* yaitu pertama *intimate loneliness*, adanya perasaan *loneliness* secara emosional dari kekurangan kedekatan dan keterikatan dengan orang lain yang lebih dikaitkan dengan perempuan. Kedua, *relational loneliness* yaitu *loneliness* secara sosial dimana individu kekurangan hubungan sosial, bisa dengan keluarga, kelompok teman atau teman sebaya yang lebih dikaitkan dengan laki - laki (Maes, dkk., 2019).

Pinquart dan Sörensen (Pagan, 2020) perempuan memiliki tingkat *loneliness* yang lebih tinggi dibanding dengan laki – laki. Hal tersebut disebabkan oleh perempuan yang memiliki resiko tinggi untuk menjadi janda, hidup sendiri, memiliki penyakit kronis, mengalami kecacatan, serta keterbatasan fungsional. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Pagan, 2020), ia menjelaskan bahwa adanya perbedaan tingkat *loneliness* antara perempuan dan laki – laki, dimana perempuan yang lebih banyak mengalami *loneliness*.

Dalam penelitian Wedaloka & Turnip (2019) menyebutkan adanya perbedaan tingkat *loneliness*, dimana perempuan memiliki tingkat *loneliness* yang

lebih tinggi dibanding laki – laki secara keseluruhan emosional dan sosial. Meskipun dalam penelitian ini perempuan cenderung memiliki pertemanan yang erat dibanding laki – laki. Hal ini berarti individu tetap bisa mengalami *loneliness* meskipun ia berada di keramaian.

Sejalan dengan wawancara yang dilakukan pada responden P dan F yang berjenis kelamin perempuan pada tanggal 13 Februari 2023, dimana P mengungkapkan ia merasa dirinya merasa jauh dengan orang lain, ia merasa tidak memahami dirinya. P merupakan orang yang mudah bergaul dan memiliki banyak teman, namun ia merasa tidak ada yang memahami dirinya sehingga ia merasa ditolak secara emosional. Pada responden F, ia merasa dirinya ssendirian karena merasa tidak berguna dan malu akan dirinya yang saat ini sehingga ia memilih untuk tidak menjalin kontak sosial dengan siapapun kecuali orang terdekat.

Dalam wawancara dengan responden yang berjenis kelamin laki – laki yaitu W dan N pada tanggal 14 Februari 2023 memiliki hasil yang berbeda dibandingkan dengan subjek perempuan P dan F. Responden W mengakui bahwa hidupnya berjalan dengan normal, meskipun ia merasa bahwa temannya berkurang semenjak ia lulus dari SMA, namun ia merasa tidak sendirian. W menjelaskan pasti ada teman yang hadir ketika ia membutuhkan pertolongan atau hanya sekedar diajak bercerita. Responden N juga menjawab dengan hal yang sama, dirinya tidak merasa sendirian. Ketika N membutuhkan seseorang untuk bercerita, ia akan datang pada teman terdekat untuk bercerita. N sendiri merasa tidak terlalu penting untuk memikirkan bahwa ia sendiri atau tidak, karena ia merasa bisa mengatasi hal tersebut dengan mudah.

Fenomena *loneliness* bisa menjadi alarm untuk memotivasi individu agar bekerja sama dengan makhluk lain guna mengurangi rasa kesendiriannya melalui komunikasi (Rokach, 2019b). Ketergantungan atau hubungan pada suatu individu atau simbiosis dikaitkan dengan teori kelekatan, dimana dicarinya figur yang kuat, bijaksana atau yang ia sukai untuk memiliki ikatan kasih sayang dan mempertahankan kedekatan. Teori kelekatan berawal dari kedekatan dari ibu dan anak, yang mana keberadaan ibu sebagai tempat aman bagi anak untuk kembali ketika ia lelah dan ketakutan, setelah ia menjelajah lingkungan. Jarak dan lamanya waktu tidak terbatas untuk ia kembali pada ibu (Bowlby, 1977).

Ikatan yang kuat tidak hanya diperoleh dari sesama individu manusia, tetapi juga dapat diperoleh dari antar spesies mamalia atau yang lebih umum dikenal sebagai binatang menyusui seperti kucing, anjing dan lain – lain. Namun kaitannya dengan hewan peliharaan tersebut harus tinggal di dalam lingkungan inti keluarga yang dapat menghasilkan interaksi secara emosional (Bowlby, 1977). Ketidakpercayaan pada individu lain dapat menjadi dasar perpindahan keterikatan dari manusia ke hewan peliharaan sebagai sumber dan objek kepedulian tanpa syarat (Rynearson, 1978) .

Hubungan antara manusia dengan hewan peliharaan yang mengaitkan emosi, harapan dan perilaku kedekatan adalah suatu bentuk *pet attachment* (Zilcha-Mano dkk., 2011). le Roux & Wright (2020) mendefinisikan *pet attachment* sebagai ikatan yang terjalin antara pemilik dan hewan peliharaan yang mereka miliki.

Berdasarkan hasil survei dan wawancara yang sudah dilakukan pada tanggal 1 – 2 Oktober 2022 dengan melibatkan 2 responden laki - laki (A) - (B) dan responden perempuan (C) - (D) yang memiliki hewan peliharaan. Saat diwawancarai responden A yang memiliki hewan peliharaan kucing mengaku jika ia memperlakukan hewan peliharaannya seperti keluarga sendiri, namun ia lebih akrab dengan satu kucing yang memiliki jenis ras tertentu dibanding dengan kucing lain. A juga mengakui jika ia hanya sesekali memberikan makan, jarang membersihkan kotorannya dan hanya menyapa kucingnya ketika di rumah. Ia menjelaskan bahwa istri dan anak perempuannya yang lebih sering mengurus kucing – kucingnya. Hal yang sama juga diungkapkan oleh responden B bahwa ia menganggap kucingnya bisa memberikan suasana yang menyenangkan di rumah, karena tingkah aneh dan lucunya yang bisa membuat B tertawa. Namun dalam frekuensi waktu bermain dan berbicara bersama kucingnya, B mengungkapkan hanya sebentar dan sekedar mengelus saja ketika kucingnya mendekat.

Dalam wawancara lain dengan responden perempuan C, mengungkapkan ia senang bercerita dengan anjingnya meskipun ia tidak mengerti bahasa yang digunakan anjingnya. Menurutnya hewan peliharaan bisa menghilangkan rasa jenuh dan sedih karena melihat tingkah lucu dari si hewan. Jika tidak ada anjingnya ia merasa sepi karena sudah dianggapnya sebagai bagian keluarga. Responden D pun mengungkapkan hal yang sama yaitu anjing peliharannya menambah kesan “hidup” dalam keluarga dan membuat suasana rumah menjadi lebih menyenangkan. Ketika D merasa *bad mood* dan *loneliness*, ia suka bermain

bersama untuk merubah suasana hatinya menjadi senang kembali. Rasa hampa pun dirasa jika hewan peliharaan tidak ada dirumah.

Pet attachment sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti lama memelihara hewan peliharaan, keturunan dari hewan peliharaan, tempat tinggal serta jenis kelamin pemilik dari hewan peliharaan tersebut (Hafizhah & Hamdan, 2021). Smolkovic dkk. (2012) menjelaskan bahwa semakin lama pemilik memelihara hewan peliharaannya, maka pemilik akan memiliki keterikatan yang lebih kuat dengan hewan peliharaannya. Hal tersebut sesuai dengan penelitiannya, yang menunjukkan bahwa pemilik hewan peliharaan yang memelihara hewan peliharaan di atas 3 tahun lebih terikat dengan hewan peliharaannya dibandingkan dengan pemilik yang memelihara hewan peliharaan di bawah 3 tahun. Hal tersebut juga sejalan dengan Hafizhah & Hamdan (2021) yang mengungkapkan lama waktu memelihara hewan peliharaan lebih dari 3 tahun dapat menjadi faktor yang mempengaruhi tingginya tingkat *pet attachment*.

Zilcha-Mano dkk. (2011) menjelaskan bahwa terdapat dua jenis orientasi *pet attachment*, yaitu *anxiety* dan *avoidance*, keduanya dapat berpengaruh ke dalam pola *pet attachment security* dan *insecurity*. Dimana jika tingkat *anxiety* dan *avoidance* rendah maka pemilik hewan peliharaan termasuk kedalam keterikatan yang aman (*security*) dengan hewan peliharaan yang berkelanjutan, sedangkan jika tingkat *anxiety* dan *avoidance* tinggi, maka termasuk kedalam keterikatan yang tidak aman (*insecurity*) dengan hewan peliharaan secara berkelanjutan.

Penelitian yang sudah dilakukan oleh Hafizhah & Hamdan (2021), mengungkapkan bahwa pengaruh dari pola *pet attachment* dapat mempengaruhi perbedaan tingkat *pet attachment* pada jenis kelamin. Hal tersebut disebabkan oleh adanya kedekatan yang dihasilkan oleh pemilik dan hewan peliharaannya, apakah pemilik mempercayai hewan peliharaan sebagai sumber yang aman atau sebaliknya. Dengan representatif figur dan mental *attachment* yang nyaman akan menciptakan *attachment security*. Dimana pola *attachment security* ditemukan pada perempuan dengan tingkat yang tinggi dibandingkan dengan laki – laki.

Penelitian dari Prato-Previde dkk. (2006)) menjelaskan bahwa perempuan yang memiliki hewan peliharaan anjing senang menghabiskan waktu untuk berbicara dengan anjingnya dibandingkan dengan laki – laki. Perempuan juga lebih senang memiliki hewan peliharaan dengan jumlah yang banyak tanpa melihat sisi kesanggupan dari mereka sendiri. Hal ini dianggap sebagai keterikatan patologis yang berlebihan pada hewan dan dianggap dari bentuk psikopatologi (Frost dalam Herzog, 2007).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis ingin meneliti apakah ada Perbedaan *Loneliness* Dan *Pet Attachment* Pada Laki – Laki dan Perempuan yang Mempunyai Hewan Peliharaan.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk menguji secara empiris perbedaan *loneliness* dan *pet attachment* pada laki – laki dan perempuan yang mempunyai binatang peliharaan.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran pada perkembangan ilmu pengetahuan psikologi secara umum dan psikologi perkembangan mengenai perbedaan *loneliness* dan *pet attachment* pada laki – laki dan perempuan yang mempunyai binatang peliharaan.

2. Manfaat Praktis

a. Individu yang memiliki hewan peliharaan

Hasil penelitian ini salah satunya dapat menambah informasi bagi masyarakat berkaitan dengan *loneliness* dan juga *pet attachment*.

b. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya mengenai *loneliness* dan *pet attachment* pada pemilik hewan peliharaan.