



## Pengaruh *Pet Attachment* terhadap Tingkat Stres pada Pemilik Hewan Peliharaan Kucing

Citra Lalitya Optiarni, Farida Coralia\*

*Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.*

### ARTICLE INFO

#### Article history :

Received : 5/3/2023

Revised : 5/7/2023

Published : 20/7/2023



Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

Volume : 3

No. : 1

Halaman : 39-46

Terbitan : Juli 2023

### ABSTRAK

Stres dapat dialami oleh siapapun dan terjadi dalam kehidupan sehari-hari, stres menekankan padapengalaman yang terjadi ketika individu mempersepsikan atau mengevaluasipengalaman tersebut sebagai suatu ancaman atau potensi bahaya dan sumber daya yang dimiliki tidak memadai untuk mengatasinya. Individu akan mencari cara atau menggunakan sumber daya yang dimiliki sebagai upaya untuk mengurangi stres, salah satu upaya nya yaitu memelihara hewan peliharaan atau keterikatan dengan hewan peliharaan. Pet attachment atau keterikatan yang dimiliki pemilik hewan peliharaan dengan hewan peliharaannya yaitu bagaimana seseorang memiliki hubungan emosional dengan hewan peliharaannya berdasarkan interaksi yang dilakukan, serta pemilik hewan peliharaan mendapatkan rasa kenyamanan dan bahkan dukungan psikologis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat pengaruh pet attachment terhadap tingkat stres yang dimiliki pemilik hewan peliharaan kucing di kota Bandung. Responden pada penelitian ini berjumlah 243 responden dan analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear sederhana. Variabel pet attachment diukur dengan menggunakan alat ukur Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS) dan tingkat stres diukur dengan menggunakan alat ukur Perceived Stress Scale (PSS). Hasil dari penelitian ini yaitu ditemukan bahwa pet attachment memberikan kontribusi terhadap tingkat stres, ketika pet attachment kuat maka tingkat stres yang dimiliki dapat menurun. Besarnya kontribusi variabel pet attachment terhadap tingkat stres adalah sebesar 6,4% dan nilai koefisien regresi sebesar -0,145.

**Kata Kunci :** Pet Attachment; Tingkat Stress; Pemilik Hewan Peliharaan Kucing.

### ABSTRACT

Stress can be experienced by anyone and occurs in everyday life, stress emphasizes experiences that occur when individuals perceive or evaluate the experience as a threat or potential danger and the resources they have are inadequate to overcome it. Individuals will look for ways or use the resources they have in an effort to reduce stress, one of which is keeping a pet or bonding with pets. Pet attachment or the attachment that pet owners have with their pets is how someone has an emotional connection with their pets based on the interactions they make, and pet owners get a sense of comfort and even psychological support. The purpose of this study was to see whether there was an effect of pet attachment on the stress level of cat pet owners in the city of Bandung. Respondents in this study amounted to 243 respondents and the data analysis used was simple linear regression analysis. The pet attachment variable was measured using the Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS) and stress levels were measured using the Perceived Stress Scale (PSS). The results of this study are found that pet attachment contributes to stress levels, when the pet attachment is strong, the stress level can decrease. The contribution of the pet attachment variable to the stress level is 6.4% and the regression coefficient value is -0.145.

**Keywords :** Pet Attachment; Stress Level; Cat Owner.

## A. Pendahuluan

Stres dapat terjadi pada kehidupan sehari-hari. Masyarakat menjalani kehidupan berhadapan dengan berbagai tekanan yang ada seperti tekanan pekerjaan, standar hidup yang tinggi, ritme hidup yang cepat, serta berbagai hiruk pikuk atau permasalahan yang dihadapi sehari-hari seperti masalah pekerjaan, pendidikan, keluarga, keuangan dan lain sebagainya dapat mempengaruhi kesehatan fisik serta mental, salah satunya adalah dapat menimbulkan stres. Stres harian dapat diantisipasi dan tidak diantisipasi, stresor yang tidak terduga dapat termasuk pertengkaran dengan pasangan, terjebak dalam antrean, ujian yang mendadak, bahkan jatuh sakit (1). Di Indonesia survei mengenai tingkat stres dilakukan oleh Cigna (2) menunjukkan bahwa penduduk di Indonesia mengalami peningkatan tingkat stres dari 73% pada awal tahun 2020 menjadi 75% pada tahun 2021. Sebagai salah satu kota besar di Indonesia dan kota metropolitan di Jawa Barat, kota Bandung turut memberikan tekanan hidup yang cukup besar pada penduduknya oleh karena itu diperlukan upaya untuk mengurangi stres (3).

Menurut Cohen et al. (4) stres menekankan pada persepsi dan evaluasi individu terhadap adanya potensi bahaya yang ditimbulkan oleh pengalaman lingkungan, ketika individu secara bersamaan menilai peristiwa sebagai ancaman atau berbahaya dan sumber daya mereka untuk mengatasi tidak memadai. Individu melabeli diri mereka sebagai stres dan mengalami respon emosional negatif secara bersamaan. Terdapat aspek stres yaitu *feeling of unpredictability*, stres ini merupakan bentuk keputusan serta ketidakberdayaan yang muncul saat seseorang tidak mampu untuk memprediksi peristiwa yang terjadi di hidupnya; *feeling of uncontrollability*, merupakan perasaan yang dialami seseorang ketika tidak dapat mengontrol peristiwa yang dialaminya sehingga memberikan dampak terhadap timbulnya kondisi stres; *feeling of overloaded*, yaitu perasaan tertekan dengan gejala seperti rasa sedih, cemas, perasaan benci, harga diri rendah, serta gejala psikosomatis (5).

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh lembaga *Rakuten Insight* pada tahun 2021 di 12 negara Asia bagian timur hingga selatan, sebanyak 41% responden memilih untuk memelihara hewan agar mengurangi rasa sedih dan stres, 36% memilih memelihara hewan agar mempunyai teman (6). Menurut Pawitri, seorang senior *veterinarian*, pada awalnya hewan peliharaan hanya dipandang sebagai aksesoris pelengkap rumah, saat ini masyarakat di Indonesia memandang kucing atau hewan peliharaan mereka sebagai bagian dari keluarga serta menjadi bagian penting di kehidupan sehari-hari (7). Perubahan perspektif terkait hewan peliharaan ini dapat dikaitkan dengan munculnya berbagai kegiatan di media sosial mengenai hewan peliharaan serta pertumbuhan komunitas pecinta hewan peliharaan, kemudian saat ini di Indonesia kepemilikan kucing mengalami peningkatan yang konsisten (7). Indonesia berada di peringkat 4 sebagai negara dengan penduduk yang memelihara kucing terbanyak sebanyak 47% (6). Menurut komunitas pecinta kucing di kota Bandung yaitu (8) menyatakan bahwa saat ini memelihara kucing merupakan suatu tren, terlihat dari semakin banyak munculnya berbagai komunitas pecinta kucing lainnya. Terdapat beberapa aspek psikologis yang terkait dengan hewan peliharaan diantaranya yaitu depresi; *anxiety*; *psychological wellness*; *loneliness*; stres (9). Hewan peliharaan juga disarankan sebagai alternatif fungsi pendukung yang menyangga seseorang dari stres dan penyakit tertentu, interaksi dengan hewan peliharaan diidentifikasi sebagai upaya manajemen stres yang dapat dipertimbangkan (10). Menurut Smolkovic et al. (11) merawat kucing dalam banyak hal cenderung lebih mudah dirawat daripada anjing. Merawat kucing yang cenderung lebih mudah dengan demikian dapat memberikan perasaan senang, misalnya, kucing tidak memerlukan pelatihan dan olahraga, faktor-faktor yang dapat membuat kepemilikan kucing lebih memuaskan secara emosional dan tidak terlalu menuntut secara fisik daripada anjing (12).

*Pet attachment* dapat menjadi salah satu prediktor pada tingkat stres, hewan peliharaan dapat menjadi salah satu sumberdaya atau kapasitas adaptif yang tersedia untuk menghadapi stres, berdasarkan teori keterikatan bahwa ketika seseorang sedang berada di bawah tekanan maka akan cenderung mencari keterikatan untuk kenyamanan dan keamanan (13). Menurut Johnson et al. (14) *pet attachment* adalah hubungan emosional yang langgeng antara pemilik dan hewan peliharaan, yaitu dalam perawatan sehari-hari dan interaksi dengan hewan peliharaan, pemilik hewan peliharaan merasakan cinta, kehangatan atau kenyamanan tanpa syarat, dan mendapatkan kepuasan dan dukungan psikologis. Aspek *pet attachment* yaitu *general attachment*, menggambarkan secara umum mengenai kedekatan pemilik dengan hewan

peliharaannya. Pemilik hewan peliharaan dapat dikatakan mempunyai keterikatan dengan hewan peliharaannya apabila menghabiskan waktu melakukan aktivitas bersama, adanya perasaan senang ketika sedang bersama, dan intensitas bercerita mengenai hewan peliharaannya kepada rekan kerja ataupun kerabat; *people substituting*, yaitu bagaimana peran hewan peliharaan dalam kehidupan pemiliknya. Hal ini terlihat dari peran hewan peliharaan sebagai sahabat pengganti manusia lain. Pemilik hewan peliharaan akan menyayangi hewan peliharaannya ditunjukkan melalui perilaku seperti memeluk, membelai, atau bahkan berkomunikasi seperti dengan bercerita kepada hewan peliharaan; *animal rights/animal welfare*, hal ini merupakan bagaimana status hewan peliharaan sebagai anggota keluarga. Pemilik hewan mengetahui mengenai hak serta kesejahteraan hewan sehingga merawat dan menyayangnya seperti memperlakukan manusia (14).

Di luar negeri salah satunya seperti Amerika Serikat, hewan peliharaan sudah sejak lama dianggap sebagai teman, bagian dari keluarga, ataupun hewan pendamping (15). Terdapat perbedaan persepsi mengenai hewan peliharaan di Indonesia, pada awalnya di Indonesia hewan peliharaan dianggap hanya sebatas aksesoris pelengkap rumah (7), seiring berjalannya waktu serta informasi baru yang diperoleh, makna hewan peliharaan dapat menjadi berubah (15). Kemudian berdasarkan aspek psikologis yang terkait dengan hewan peliharaan, bahwa hewan peliharaan dapat secara fisik dan psikologis menguntungkan pemiliknya, diantaranya adalah menurunkan tekanan darah, mengurangi perasaan kesepian, depresi dan memoderasi situasi stres (9). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah memang hewan peliharaan dapat memberikan kelekatan pada pemiliknya dan juga apakah memelihara hewan peliharaan kucing dapat dijadikan sebagai alternatif upaya untuk mengurangi stres yang dirasakan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *pet attachment* terhadap tingkat stres pada pemilik hewan peliharaan kucing?

Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan data mengenai pengaruh *pet attachment* terhadap tingkat stres pada pemilik hewan peliharaan kucing.

## B. Metode Penelitian

Peneliti menggunakan menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan kausal komparatif. *Pet attachment* diukur dengan menggunakan alat ukur *Lexington Attachment to Pets Scale* (LAPS) milik Johnson et al. (9) yang diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Maranatha (16), total terdapat 23 item, 21 item *favorable* dan 2 item *unfavorable* masing-masing diukur dengan skala likert 4 poin

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat stres adalah *Perceived Stress Scale* (PSS) milik Cohen et al. (17) yang diterjemahkan oleh Marthadewi (18), alat ukur ini terdiri dari 10 item, 7 item *favorable* dan 3 item *unfavorable* masing-masing diukur dengan skala likert 5 poin. Kemudian seluruh penilaian diakumulasikan dan disesuaikan dengan tingkatan stres yaitu stres rendah (skor 1 - 13), stres sedang (skor 14 - 26), stres tinggi (skor 27 - 40).

Alat ukur yang telah diterjemahkan ditinjau kembali oleh *professional judgement* (pembimbing) untuk diperbaiki tata bahasanya agar konten alat ukur dalam Bahasa Indonesia lebih mudah dipahami. Kemudian peneliti melakukan uji coba alat ukur untuk mengitung validitas dan reliabilitas yang dimiliki sebelum digunakan pada penelitian ini. Alat ukur dilakukan pada 82 responden, hasilnya pada alat ukur LAPS dan PSS seluruh item dinyatakan valid, koefisien reliabilitas *alpha Cronbach* sebesar .942 untuk alat ukur LAPS dan koefisien reliabilitas *alpha Cronbach* sebesar .880 untuk alat ukur PSS.

Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah pemilik hewan peliharaan kucing di kota Bandung. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 243 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Pengambilan subjek penelitian diperoleh dengan menyebarkan kuesioner melalui media sosial diantaranya yaitu kepada beberapa grup atau akun komunitas pecinta kucing kota Bandung pada media sosial *facebook*, *instagram*, maupun *twitter*. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknis analisis regresi linear sederhana.

**C. Hasil dan Pembahasan**

**Pengaruh Pet Attachment terhadap Tingkat Stres**

Berikut adalah penelitian mengenai pengaruh *pet attachment* terhadap tingkat stres, yang diuji menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel 1.

**Tabel 1** Pengaruh *Pet Attachment* terhadap *Tingkat Stres*

Variabel	Koefisien Regresi	t <sub>hitung</sub>	T <sub>tabel</sub>	Keputusan	Koefiseien Determinasi
<i>Pet Attachment</i> Stres	-0,145	9,946	1.960	Ho ditolak	6,4%

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Berdasarkan tabel 1 hasil pengujian statistik didapat nilai  $t_{hitung} (9.946) > t_{tabel} (1.960)$ , jika  $t$  hitung lebih besar dari  $t$  tabel maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa *pet attachment* dapat memprediksikan tingkat stres pada pemilik hewan peliharaan kucing di kota Bandung. Besarnya koefisien regresi adalah -0,145 dan menunjukkan bahwa jika setiap penambahan variabel *pet attachment* meningkat 1% maka akan meningkatkan tingkat stres sebesar - 0,145. Koefisien regresi tersebut bernilai negatif, oleh karena itu dapat dikatakan bahwa arah pengaruh *pet attachment* terhadap tingkat stres adalah negatif. Artinya semakin kuat *pet attachment* maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakan, ketika individu menganggap bahwa hewan peliharaan yang dimilikinya sebagai sumber daya yang cukup memadai untuk membantu mereduksi stres, maka stres yang dirasakan dapat berkurang. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranschke, bahwa memiliki hewan peliharaan dan berdasarkan interaksi yang dilakukan dengan hewan peliharaan dapat membantu mengurangi stres (19). Koefisiensi determinasi yang didapat dari hasil perhitungan adalah 6,4%. Hal ini memberikan pengertian bahwa tingkat stres dipengaruhi oleh variabel *pet attachment* sebesar 6,4%, sedangkan sisanya 93,6%, merupakan kontribusi variabel lain selain *pet attachment*. Hasil dari kontribusi *pet attachment* terhadap tingkat stres kecil, hal tersebut diduga karena tidak semua kebutuhan emosional manusia dapat digantikan dengan hewan peliharaan (20).

**Tabel 2** Klasifikasi *Pet Attachment*

<i>Pet Attachment</i>	Frekuensi	%
Lemah	9	3.70%
Kuat	234	96.30%
Total	243	100.00%

**Tabel 3** Klasifikasi *Tingkat Stres*

Tingkat Stres	Frekuensi	%
Rendah	83	34.16%
Sedang	143	58.85%
Tinggi	17	7.00%
Total	243	100.00%

Mayoritas responden memiliki *pet attachment* yang kuat, yaitu sebanyak 234 responden

(96.30%) ketika seseorang sering berinteraksi dengan hewan peliharaannya, merasa senang ketika sedang bersama dengan hewan peliharaannya, menganggap hewan peliharaan mereka sebagai bagian dari keluarganya serta merawat dengan memberi makan atau tempat tinggal yang layak untuk hewan peliharaannya, *pet attachment* yang dimiliki akan kuat (14). Mayoritas responden berada pada tingkat stres yang sedang yaitu sebanyak 143 responden (58.85%). Stres sedang merupakan stresor yang dihadapi oleh seseorang yang biasanya berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari, seperti perselisihan dengan rekan ataupun anggota keluarga yang sakit (21). Meskipun responden memiliki keterikatan dengan hewan peliharaan kucingnya, tidak menutup kemungkinan bahwa mempunyai tingkat stres yang sedang. Hal ini diduga termasuk ketika hewan peliharaan sedang sakit, pemilik hewan peliharaan akan cenderung merasakan stres yang meningkat terhadap hewan peliharaan mereka seperti ketika hewan peliharaan mereka sedang sakit. Apabila dilihat berdasarkan aspek stres menurut Cohen et al. (5) yaitu pada aspek *feeling of overloaded*, ketika hewan peliharaan jatuh sakit pemilik cenderung akan merasa khawatir, cemas, hal tersebut dapat meningkatkan tingkat stres yang dirasakan. Hal ini selaras dengan penelitian menurut Joseph et al. (22) dimana memelihara dan merawat hewan peliharaan diperlukan waktu serta tenaga yang ekstra dan juga membutuhkan tanggung jawab tambahan seperti memberi makan dan menjaga kebersihan hewan peliharaan, oleh karena itu, pemilik hewan peliharaan kemungkinan tidak memiliki waktu yang cukup untuk diri mereka sendiri sehingga dapat menimbulkan tingkat stres yang sedang.

**Tabel 4** Tabulasi Silang *Pet Attachment* dengan Tingkat Stres

<i>Pet Attachment</i>	Tingkat Stres			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Lemah	2 (0.80%)	5 (2.10%)	2 (0.80%)	9 (3.70%)
Kuat	81 (33.30%)	138 (56.80%)	15 (6.20%)	234 (96.30%)
Total	83 (34.16%)	143 (58.85%)	17 (7.00%)	243 (100.00%)

Sebanyak 234 responden (96.30%) memiliki *pet attachment* yang kuat dengan tingkat stres rendah sebanyak 81 responden (33.30%), 138 responden (56.85%) memiliki tingkat stres sedang dan sebanyak 15 responden (6.20%) memiliki tingkat stres tinggi. Meskipun begitu total terdapat 83 responden (34.5%) dengan tingkat stres yang rendah, berdasarkan penelitian Wu et al. apabila pemilik hewan peliharaan mempersepsikan hewan peliharaannya sebagai anggota keluarga dapat meminimalkan beban stres perawatan hewan peliharaan (7).

**Tabel 5** Rata-rata *Pet Attachment* dan Tingkat Stres

	<i>Pet Attachment</i> ( $\bar{x}$ )	Tingkat Stres ( $\bar{x}$ )
<b>Rata-rata Keseluruhan</b>	<b>82,99</b>	<b>17,73</b>
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	80,84	16,13
Perempuan	84,23	18,65
<b>Usia</b>		
17-21 tahun	82,10	19,29
22-59 tahun	83,93	16,49
$\geq 60$ tahun	70,76	12,17

<b>Status Pernikahan</b>		
Belum Menikah	83,78	18,25
Menikah	78,85	14,59
Bercerai	74,21	19,55
<b>Jumlah Kucing yang Dipelihara</b>		
1	82,02	17,04
2	82,41	17,41
3	86,8	18,35
>3	74,27	17,92
<b>Lama memelihara</b>		
<1 tahun	77,89	19,16
1-3 tahun	83,39	17,63
4-6 tahun	86,62	16,93
>6 tahun	85,17	16,7

Berdasarkan usia, rata-rata *pet attachment* paling tinggi berada pada kelompok usia 22-59 tahun, menurut Cohen bahwa orang yang lebih tua cenderung memiliki keterikatan yang lebih kuat dengan hewan peliharaan mereka daripada orang yang lebih muda (24). Pada kelompok usia 17-21 tahun memiliki rata-rata tingkat stres yang paling tinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Menurut Cohen et al. hal ini dapat terjadi karena orang dengan usia lebih tua kurang menganggap kesulitan sehari-hari sebagai stres dan telah mengembangkan cara yang lebih efektif untuk mengatasinya (23). Berdasarkan status pernikahan rata-rata *pet attachment* lebih besar pada responden yang belum menikah dan responden yang menikah memiliki rata-rata *pet attachment* paling rendah. Menurut Johnson et al. mereka yang belum menikah dan bercerai menunjukkan keterikatan tertinggi, dan mereka yang menikah menunjukkan keterikatan yang rendah (14). Pada tingkat stres berdasarkan status pernikahan bahwa responden yang menikah memiliki rata-rata paling rendah dibandingkan dengan responden yang belum menikah dan bercerai, hal ini sesuai dengan penelitian menurut Wright dimana dukungan yang diberikan oleh pasangan seseorang dapat memberikan sumber dukungan yang kuat, hal ini pada dapat membantu dalam menyangga efek negatif dari stres (26).

Berdasarkan jumlah kucing yang dipelihara dan lama memelihara kucing. Pada penelitian ini nilai rata-rata *pet attachment* berdasarkan jumlah kucing yang dipelihara paling tinggi pada responden dengan jumlah kucing 3, semakin banyak jumlah hewan peliharaan yang dipelihara maka mereka akan cenderung semakin bersedia bergaul atau bermain dengan hewan peliharaan mereka dan semakin besar kesempatan mereka untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang hewan peliharaan dan menumbuhkan keterikatan yang lebih dalam dengan mereka (27). Rata-rata tingkat stres berdasarkan jumlah memelihara tertinggi pada responden yang memiliki 3 kucing, hal ini diduga semakin banyak jumlah hewan yang dipelihara membutuhkan perawatan yang lebih serta perlu menyediakan berbagai kebutuhan yang lebih banyak pula, akibatnya diduga tingkat stres dapat meningkat. Kemudian berdasarkan lama memelihara, rata-rata *pet attachment* paling besar pada responden dengan lama memelihara kucing 4-6 tahun, sedangkan rata-rata *pet attachment* pada responden yang memelihara kucing selama <1 tahun dan 1-3 tahun lebih rendah, hal ini sesuai menurut penelitian yang dilakukan oleh Smolkovic et al. dimana lamanya memelihara dapat mempengaruhi *pet attachment*, pemilik hewan peliharaan yang telah memelihara hewan peliharaan mereka selama lebih dari 3 tahun melaporkan keterikatan yang lebih kuat dengan hewan peliharaannya (11), seiring berjalannya waktu, pemilik hewan peliharaan akan semakin merasa terikat dengan hewan peliharaannya bahkan tak terpisahkan dari mereka (27).

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, kesimpulan dari hasil dari penelitian ini yaitu berdasarkan hipotesis, hipotesis penelitian ini diterima yaitu bahwa terdapat pengaruh pet attachment terhadap tingkat stres pada pemilik hewan peliharaan kucing. Pet attachment dapat memprediksikan tingkat stres, hubungan emosional yang dimiliki dengan hewan peliharaan, interaksi yang dilakukan dengan hewan peliharaan, dan juga merawat hewan peliharaan dapat memprediksikan tingkat stres yang dimiliki pemilik hewan peliharaan kucing. Pet attachment memberikan kontribusi yang kecil terhadap tingkat stres, apabila pet attachment yang dimiliki kuat maka dapat menurunkan tingkat stres yang dirasakan meskipun dalam jumlah yang kecil. Secara keseluruhan bahwa pet attachment yang dimiliki pemilik hewan peliharaan kucing memiliki keterikatan yang kuat dan tingkat stres sedang.

#### Daftar Pustaka

- [1] Upchurch, S .C. R. (2013). Daily Stress. In: Gellman, M.D., Turner, J.R. (eds) Encyclopedia of Behavioral Medicine. Springer, New York, NY. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9\\_942](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_942)
- [2] Cigna. (2021). Survei Skor Kesejahteraan 360° Cigna – Jalan Menuju Pemulihan. Cigna Indonesia. <https://www.cigna.co.id/assets/images/cignawww/files/CIGNA-LUNCURKAN-HASIL-SURVEI-SKOR-KESEJAHTERAAN-360.pdf>
- [3] Wulandari, E., Purnamasari, W. D., & Sasongko, W. (2020). Pengaruh Kepuasan Taman terhadap Respon Urban Stress Pengunjung Taman di Kota Bandung. *Planning for Urban Region and Environment Journal (PURE)*, 9(2), 221-232.
- [4] Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (1997). *Measuring stress: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press.
- [5] Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- [6] Rakuten Insight. (2021, February 27). Pet ownership in Asia. [insight.rakuten.com. https://insight.rakuten.com/pet-ownership-in-asia/](https://insight.rakuten.com/pet-ownership-in-asia/)
- [7] Rossa, V. (2021, April 27). Dokter Hewan Sorot Fenomena Kepemilikan Kucing di Indonesia. [suara.com. https://www.suara.com/lifestyle/2021/04/27/170640/dokter-hewan-sorot-fenomena-kepemilikan-kucing-di-indonesia?page=all](https://www.suara.com/lifestyle/2021/04/27/170640/dokter-hewan-sorot-fenomena-kepemilikan-kucing-di-indonesia?page=all)
- [8] Catlovers.id. (2017, Januari). Komunitas Pecinta Kucing Bandung. [catlovers.id. https://www.catlovers.id/komunitas-pecinta-kucing-bandung](https://www.catlovers.id/komunitas-pecinta-kucing-bandung)
- [9] Crawford, E. K., Worsham, N. L., & Swinehart, E. R. (2015, April 28). Benefits derived from companion animals, and the use of the term “attachment”. *Anthrozoös: A multidisciplinary journal of the interactions of people and animals*, 19(2), 98-112. <http://dx.doi.org/10.2752/089279306785593757>
- [10] Allen, K., Shykoff, B. E., & Izzo, J. L. (2001). Pet ownership, but not ACE inhibitor therapy, blunts home blood pressure responses to mental stress. *Hypertension*, 38(4), 815–820. <https://doi.org/10.1161/hyp.38.4.815>
- [11] Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships: Can a four-legged friend replace a two-legged one. *Journal of European Psychology Students*, 3(1), 15-23. <https://doi.org/10.5334/jeps.ao>
- [12] Branson, S. M., Boss, L., Cron, S., & Turner, D. C. (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: 10.22543/7674.41.P3848>

- [13] Bowlby, J. (2005). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- [14] Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). Psychometric Evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS). *Anthrozoös*, 5(3), 160-175. <http://dx.doi.org/10.2752/089279392787011395A>.
- [15] Budinegara, S. (2018). Kasih Tak Bersyarat: Konstruksi Pemaknaan Hubungan Manusia-Anjing Peliharaan. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 7(1), 2554-2570.
- [16] Maranatha, Y. (2017). Hubungan Pet Attachment dengan Well-being Pada Individu Yang Memiliki Hewan Peliharaan. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- [17] Cohen, S. (1994). Perceived Stress Scale scoring and questions. *Psychology*, 1–3. <http://www.mindgarden.com/products/pss.htm>
- [18] Marthadewi, P. E. (2010). Hubungan Antara Tingkat Dependensi Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- [19] Pranschke, M. (2019). *Pet Ownership, Attachment, and Well-Being*. Carleton University.
- [20] Juliadilla, R., & Hastuti H., S. C. (2019). Peran Pet (Hewan Peliharaan) Pada Tingkat Stres Pegawai Purnatugas. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 153. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1488>.
- [21] Potter & Perry (2005). *Fundamental of nursing : concept, process & practice*. (Asih, Y. et al, Penerjemah). Jakarta : EGC.
- [22] Joseph, N., Chandramohan, A. K., Lorainne D'souza, A., Shekar C, B., Hariram, S., & Nayak, A. H. (2019). Assessment of pet attachment and its relationship with stress and social support among residents in Mangalore city of south India. *Journal of Veterinary Behavior*, 34, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2019.06.009>
- [23] Wu, C. S. T., Man Wong, R. S., & Chu, W. H. (2018). The Association of Pet Ownership and Attachment with Perceived Stress among Chinese Adults. *Anthrozoös*, 31(5), 577-586. <https://doi.org/10.1080/08927936.2018.1505269>
- [24] Cohen, S. P. (2002). Can Pets Function as Family Members?. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 621–638. <https://doi.org/10.1177/019394502320555386>
- [25] Cohen, S., & Janicki-Deverts, D. (2012). Who's stressed? Distributions of psychological stress in the United States in probability samples from 1983, 2006, and 2009. *Journal of Applied Social Psychology*, 42(6), 1320–1334. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00900.x>
- [26] Wright, S. (2018). The relationship between pet attachment, perceived stress and life satisfaction: An online survey. Master of Arts in the Faculty of Arts and Social Sciences (Psychology) Stellenbosch University.
- [27] Hou, Y., Huang, W., & Liang, Y. (2021). Pet Attachment and Its Relevant Factors among Undergraduates. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 8(7), 92–102. <https://doi.org/10.14738/assrj.87.10482>