

KETERKAITAN ANTARA *PET ATTACHMENT* DAN *HEALTH RELATED QUALITY OF LIFE* (HRQOL) PADA MAHASISWA

Gusti Ayu Paramitha Dewi, Dinar Saputra
gusti.dewi@students.paramadina.ac.id , dinar.saputra@paramadina.ac.id
Program Studi Psikologi, Universitas Paramadina

Penulis Korespondensi: gusti.dewi@students.paramadina.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat korelasi antara *pet attachment* dan kualitas hidup terkait kesehatan atau *health-related quality of life* pada mahasiswa. *Pet attachment* didefinisikan sebagai adanya hubungan emosional dan interaksi antara hewan peliharaan dengan individu. *Health-related quality of life* (HRQoL) merupakan kondisi yang individu rasakan secara baik dan berfungsi dalam kehidupan sehari-harinya mencakup kesehatan fisik, mental dan sosial. Responden pada penelitian ini terdiri dari 203 responden yang merupakan mahasiswa dari berbagai Universitas yang pernah atau sedang memelihara hewan peliharaan dengan minimal waktu memelihara 3 tahun. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *spearman's rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *pet attachment* memiliki hubungan secara positif dengan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa $p = 0.019$ ($p < 0.05$), artinya terdapat hubungan positif antara *pet attachment* dengan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa.

Kata Kunci: *pet attachment*, kualitas hidup terkait kesehatan, mahasiswa

ABSTRACT

This study aims to look at the correlation between pet attachment and health-related quality of life in university students. Pet attachment is defined as the emotional connection and interaction between pets and individuals. Health-related quality of life (HRQoL) is a condition that individuals feel well and function in their daily lives including physical, mental and social health. Respondents in this study consisted of 203 respondents who were students from various universities who had or were keeping pets with a minimum of 3 years of keeping. This study used Spearman's rho correlation analysis technique. The results showed that pet attachment has a positive relationship with health-related quality of life (HRQoL) in university students $p = 0.019$ ($p < 0.05$), meaning that there is a positive relationship between pet attachment and health-related quality of life (HRQoL) in university students.

Keywords: *pet attachment, health related quality of life, university student*

PENDAHULUAN

Mahasiswa menurut Powers *et al.* (1992 dalam Pital *et al.*, 2020) merupakan fase yang

unik karena memiliki kekhawatiran dan tanggung jawab yang berbeda dengan fase perkembangan lainnya. Lebih lanjut,

mahasiswa lebih sering terpapar berbagai jenis stres yang diakibatkan oleh tuntutan akademis, masalah sosial dan masalah keuangan (Chermonas & Shapiro, 2013; Goff, 2011; Jimenez *et al.*, 2010 dalam Ptil *et al.*, 2020). Kondisi tersebut yang mengakibatkan mahasiswa lebih tinggi mengalami risiko gangguan kesehatan fisik dan mental (Ptil *et al.*, 2020). Costello (2015, dalam Endarwati *et al.*, 2016) mengemukakan bahwa mahasiswa juga sering menghadapi permasalahan seperti kondisi tertentu yang mengharuskannya untuk jauh dari rumah, berinteraksi dengan mahasiswa lain yang memungkinkan adanya latar belakang sosial budaya yang berbeda, serta berkaitan dengan proses belajar mengajar dan interaksi pada lingkungan. Dengan demikian, perguruan tinggi berperan penting dalam proses perkembangan pendidikan seorang mahasiswa dalam mencapai tugas perkembangannya secara optimal (Hardi dkk., 2022).

Dalam kehidupan perkuliahan, mahasiswa memiliki cara pandang akan kehidupan perkuliahannya yang disebut dengan kualitas hidup pada mahasiswa. Lebih lanjut, kualitas hidup pada mahasiswa dapat dikatakan kurang baik apabila menyebabkan berbagai kesulitan psiko-sosial seperti hubungan interpersonal yang buruk, harga diri yang rendah dan depresi (Ptil *et al.*, 2020). Apabila kondisi tersebut berkepanjangan dan mahasiswa kesulitan dalam mengatasinya, maka hal tersebut akan memengaruhi dirinya menjadi tidak

berdaya dan depresi, serta dapat merugikan kinerja akademik, prestasi dan produktivitas (Puthran *et al.*, 2016; Arslan *et al.*, 2009; Ducinskiene *et al.*, 2003 dalam Ptil *et al.*, 2020).

World Health Organization (WHO) mendefinisikan kualitas hidup sebagai cara individu memandang mengenai posisinya dalam kehidupannya pada konteks norma, budaya dan lingkungan yang berkaitan dengan tujuan, standar dan harapan yang telah ditetapkan oleh seseorang. Kualitas hidup atau *quality of life* (QoL) secara definisi terdapat istilah *Health-related Quality of Life* (HRQoL) yang berfokus pada efek penyakit dan pengobatan (Ferrans, 2005 dalam Gurková, 2011). Secara definisi, HRQoL memiliki definisi lebih sempit daripada QoL secara keseluruhan. Lebih lanjut, HRQoL merupakan penggabungan status kesehatan secara fungsi fisik, psikis dan sosial, serta dapat mengukur gangguan, gejala atau kecacatan. Tidak hanya berkaitan dengan tidak adanya suatu penyakit pada individu, namun berkaitan juga berbagai hal seperti persepsi, fungsi peran, kesehatan sosial dan kesejahteraan umum (Andresen & Meyers, 2000).

Karimi dan Brazier (2016) menghubungkan HRQoL dan QoL dengan mendefinisikannya sebagai kualitas hidup (QoL) merupakan konsep secara keseluruhan yang menggabungkan semua faktor yang memberikan dampak pada kehidupan individu, sedangkan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) hanya mencakup

beberapa faktor yang merupakan bagian dari kesehatan individu secara fungsi fisik, psikis dan sosial. Lebih lanjut, HRQoL didefinisikan sebagai fungsi dan kesejahteraan, serta aspek kesehatan dari QoL dalam aspek fisik, psikologis dan sosial.

Health-related Quality of life (HRQoL) menurut Hays dan Reeve (2008) sebagai tingkatan individu secara baik yang dirasakan oleh individu dan berfungsi dalam kehidupan maupun kesejahteraan mencakup kesehatan fisik, mental dan sosial. Kesehatan fisik mencakup kekhawatiran individu dari adanya suatu penyakit atau perawatan kesehatan seperti, rasa nyeri dan kelelahan. Kesehatan mental mencakup pada pengaruh positif dan negatif yang dirasa individu secara emosional seperti, depresi dan kecemasan, serta aspek sosial mengacu pada kemampuan individu dalam berpartisipasi pada aktivitas lingkungan (Ashing-Giwa, 2005).

HRQoL dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam konsep multidimensi yang mengintegrasikan faktor fisik, psikologis dan sosial. Faktor dari segi psikologis didefinisikan sebagai kondisi mental individu mengenai kesejahteraan kehidupannya serta terhindar dari gangguan mental, seperti suasana hati, tingkat kecemasan dan depresi (Siegrist & Junge, 1989). Siegel dan Psychology (1990 dalam Aruah *et al.*, 2019) menyatakan bahwa secara psikologis hewan peliharaan telah terbukti menghilangkan kondisi depresi, *distress* dan rasa tidak aman. Faktor sosial yang didefinisikan sebagai

adanya pengaruh sosial terhadap kondisi kesehatan fisik maupun mental individu, seperti pengaruh teman, keluarga dan pelayanan kesehatan. Faktor sosial menekankan pada kondisi harga diri sebagai fungsi dari ancaman dan dukungan terkait peran sosial pada kesehatan individu (Siegrist & Junge, 1989). Dalam penelitian Endarti (2015) menyatakan bahwa jaringan sosial (Gracia dkk., 2005) dan dukungan sosial (Xing dkk., 2013) memiliki korelasi yang signifikan dengan adanya peningkatan skor kualitas hidup terkait kesehatan individu.

Dalam kehidupan mahasiswa, Anokye *et al.* (2012 dalam Boozer, 2017) menyatakan bahwa HRQoL dapat ditingkatkan dengan salah satunya meningkatkan aktivitas fisik. Lebih lanjut, apabila aktivitas fisik dilakukan secara rutin akan memberikan dampak minim terkena suatu penyakit. Boozer (2017) menyatakan bahwa aktivitas fisik dapat berdampak positif pula terhadap kesehatan mental individu. Misalnya, dengan melakukan aktivitas fisik terbukti memiliki efek yang sama dengan pemberian obat antidepresan untuk pasien dengan kondisi depresi. Selain itu, melakukan aktivitas fisik pada mahasiswa dapat mengurangi kondisi stres yang dialaminya (Boozer, 2017). Mahasiswa akan lebih rentan mengalami penurunan aktivitas fisik apabila mahasiswa memperoleh tuntutan akademik yang lebih tinggi, masalah keuangan dan ketidakpastian sosial. Adanya tuntutan tersebut membuat mahasiswa

mengalami kondisi stres, serta berdampak pada aktivitas individu yang minim bergerak atau jalan, dan lebih memilih berada di kamarnya untuk tidur maupun gaya hidup mahasiswa yang menjadi kurang sehat, hal tersebut memunculkan adanya penurunan aktivitas fisiknya.

Dalam kehidupan perkuliahan, kualitas hidup pada mahasiswa bergantung pada bagaimana mahasiswa memandang kehidupan perkuliahan dan menjadi suatu permasalahan apabila mahasiswa memiliki cara pandang kurang baik terhadap kehidupan perkuliahannya. Misalnya, adanya persaingan antar mahasiswa untuk mendapatkan nilai yang lebih unggul, kekhawatiran akan kegagalan di akademik, gaya hidup tidak sehat dan adanya kesulitan dalam menyeimbangkan antara tugas akademik dengan aktivitas sehari-hari (Habsari & Rumawas, 2021). Hal tersebut tergambarkan pada hasil penelitian Habsari dan Rumawas (2021) bahwa kualitas hidup mahasiswa dalam penelitiannya berada pada kategori baik dan memiliki nilai skor tertinggi pada aspek lingkungan. Di sisi lain, penelitian oleh Sambola *et al.* (2017) menyatakan pada hasil penelitian yaitu untuk dapat meningkatkan kualitas hidup maka dapat dilakukan dengan memiliki keterikatan antar manusia pada tahapan remaja dengan hewan peliharaannya yaitu anjing dan kucing, serta adanya komunikasi baik dengan orang tua dan sahabat. Hasil penelitian tersebut juga menjelaskan adanya

kegiatan kepedulian yang berkaitan dengan kepemilikan anjing dan kucing.

Memelihara hewan peliharaan di masa saat ini memiliki peran dalam memenuhi kebutuhan individu (Erliza, 2020). Pada artikel yang ditulis oleh Hussin (2021) menyebutkan salah satu hobi yang bermunculan dari masa pandemi Covid-19 adalah memelihara hewan. Saat ini, 67% rumah tangga di Indonesia memiliki hewan peliharaan, dengan persentase kucing sebesar 37%, burung 19%, ikan 16% dan anjing 15%. Data tersebut didukung oleh survei yang dilakukan oleh *World Society for the Protection of Animal* (WSPA) (dalam Mukhaer, 2021) bahwa masyarakat Indonesia yang memelihara hewan peliharaan dengan jumlah populasi anjing sebesar 8 juta dan 15 juta populasi kucing.

Melakukan aktivitas bersama dengan hewan peliharaan dapat membentuk sebuah hubungan atau ikatan emosional yang disebut dengan kelekatan pada hewan peliharaan atau *pet attachment*. Penelitian yang dilakukan oleh Nugrahaeni (2016) menyatakan hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan signifikan antara *pet attachment* dan kualitas hidup pada pemilik hewan peliharaan. Hal tersebut dikarenakan hubungan kelekatan pada hewan peliharaan memiliki banyak manfaat dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang. Berbagai manfaat tersebut dapat berupa pertemanan, kasih sayang, hubungan positif, hidup yang bermakna dan kesehatan fisik maupun mental (Kogan & Blazina, 2019; Erliza &

Atmasari, 2020; Tribudiman & Fadhila, 2020).

Kelekatan dengan hewan peliharaan atau sering disebut dengan *pet attachment* merupakan istilah yang didasarkan pada teori keterikatan pada manusia oleh Bowlby (1991). Teori keterikatan atau *attachment* menurut Bowlby (dalam Smolkovic, Fajfar dan Mlinaric, 2012) didefinisikan sebagai munculnya hubungan emosional antara individu antara seseorang dengan figur kelekatanannya. Dalam teori *pet attachment*, figur kelekatan tersebut berada pada hewan peliharaan dan pemiliknya. *Pet attachment* menurut Garrity *et al.*, (1989) didefinisikan sebagai adanya hubungan emosional dan interaksi antara hewan peliharaan dengan anggota keluarga maupun pemiliknya. Bentuk hubungan yang diberikan ialah hubungan timbal balik dimana muncul ketergantungan antara anggota keluarga dengan hewan peliharaan yang dimiliki. Hubungan timbal balik yang dimaksud ialah dimana hewan peliharaan memberikan kenyamanan, rasa cinta dan dukungan, sedangkan manusia memberikan rasa sayang dan perhatiannya kepada hewan peliharaan (Firtiani, 2014 dalam Erliza & Atmasari, 2022).

Individu yang memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan menganggap hewan peliharaannya sebagai tempat berlindung yang aman, sumber dukungan, kenyamanan dan bantuan saat dibutuhkan (Geisler *et al.*, dalam Zilcha-Mano, Mikulincer & Shaver, 2011). Dari sisi hewan peliharaan diketahui

bahwa bentuk timbal balik yang diberikan kepada manusia yaitu dengan adanya peran dalam membangkitkan emosi dan perilaku dalam hubungannya (Nigel, 2009). Misalnya, secara emosional hewan peliharaan dapat menurunkan sedikit gejala depresi dan kecemasan pada dewasa, serta mengurangi kondisi stres yang dialami (Erber, 2020; Duma, 2022).

Keterikatan dengan hewan peliharaan meningkatkan kesejahteraan (*well-being*) pemilik hewan peliharaan dengan adanya kontak dekat kepada hewan peliharaannya. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan interaksi dan kontak sosial dari pemilik hewan peliharaan, sehingga meningkatkan *well-being* terutama karena berdampak pada kualitas kontak sosial tersebut. Misalnya, dengan pemilik hewan peliharaan berbincang dengan tetangga atau teman yang memiliki hewan peliharaan juga, maka dari itu menimbulkan perasaan kebersamaan dan juga perasaan bahagia. Sejalan dengan hasil penelitian dari Adamson (2006 dalam As'ari, 2021) bahwa keberadaan hewan peliharaan membuat individu dapat memahami tentang arti pengorbanan dan saling memberi, terkhusus untuk individu-hewan maupun sesama individu.

Secara fisik, bentuk keterikatan individu dengan hewan peliharaan seperti berinteraksi dan/atau mengelus anjing dapat menurunkan tekanan darah, denyut nadi dan pernapasan (Baun, 1984; Friedmann, 1979; Vormbrock & Grossberg,

1988 dalam Douglas, 2005). Artinya bahwa dengan individu memiliki waktu lebih banyak untuk mengelus atau berinteraksi dengan hewan peliharaan terutama seekor anjing, maka akan membuat individu merasakan keterikatan positif kepada seekor anjing tersebut dan mengakibatkan laju pernapasan turun atau rileks. Selain itu, adanya rasa persahabatan dengan hewan peliharaan dapat berfungsi sebagai stimulus untuk aktif berolahraga dan meningkatkan kesehatan jantung (Animals, 2019; Ross & Baron, 1998 dalam Aruah *et al.* 2019).

Pher (1996 dalam Blazina *et al.*, 2011) menyimpulkan bahwa manfaat hewan peliharaan bagi individu yang memiliki interaksi hingga hubungan emosional pada hewan peliharaannya yaitu sebagai pendengar yang penuh perhatian, adanya kasih sayang dan rasa persahabatan. Seekor hewan peliharaan tidak akan tampak sebagai makhluk yang dapat menunjukkan fungsi dari *self-object* atau pengalaman yang tidak disadari secara nyata oleh orang lain, namun lebih pada efek yang dirasakan oleh individu tersebut seperti merasa tenang dan nyaman. Hal ini selaras dengan pernyataan Blazina *et al.* (2011) bahwa seekor ular yang dipelihara sebagai hewan peliharaan tidak akan tampak secara nyata dalam memberikan pengalaman emosionalnya, namun lebih pada efek dari perilaku tersebut yaitu merasa tenang dan kuat menghadapi seekor ular tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas, bahwa diketahui memelihara hewan peliharaan

hingga adanya hubungan emosional antara manusia dan hewan peliharaan dapat memberikan manfaat kepada manusia secara kesehatan fisik, mental dan sosial. Pada kehidupan mahasiswa menunjukkan bahwa hubungan emosional antara manusia dan hewan peliharaannya memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik (Rosaef dkk., 2020). Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk melihat korelasi antara *pet attachment* dan *health related quality of life* (HRQoL) pada mahasiswa di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang memiliki tujuan untuk mengukur hubungan antara dua atau lebih dari variabel penelitian (Creswell, 2012). Penelitian ini juga menggunakan pengumpulan data melalui kuesioner, yaitu teknik pengumpulan data yang berupa rangkaian pertanyaan tertulis yang dirancang untuk memperoleh informasi dari responden (Siyoto & Sodik, 2015).

Responden penelitian

Responden dalam penelitian ini berjumlah 203 orang yang tersebar pada seluruh mahasiswa di Indonesia. Adapun karakteristik responden merupakan mahasiswa aktif Universitas yang berusia sekitar 18 – 40 tahun, serta sedang atau pernah memelihara dan merawat hewan

peliharaan dalam jangka waktu minimal 3 tahun. Jenis hewan peliharaan mengacu pada hewan yang dijinakan dan dirawat oleh pemilik hewan peliharaan.

Instrumen penelitian

Alat ukur atau instrumen yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari 2 (dua) alat ukur yang mengukur variabel bebas dan variabel terikat. Alat ukur yang mengukur variabel bebas atau *independent variabel* (IV) yaitu *Lexington Attachment to Pet Scale* (LAPS). Alat ukur tersebut merupakan alat ukur terjemahan milik Johnson *et al.* (1992) yang terdiri dari 23 item pernyataan. Alat ukur ini mengacu pada tiga dimensi yaitu *general attachment*, *people substituting* dan *animal rights/welfare*.

Alat ukur yang mengukur variabel terikat atau *dependent variabel* (DV) yaitu *short form 12* (SF-12). Alat ukur tersebut merupakan alat ukur terjemahan dan adaptasi milik Ware *et al.* (1995) yang terdiri dari 12 item pernyataan. Alat ukur ini mengacu pada dua dimensi yaitu *physical component summary* (PCS) dan *mental component summary* (MCS). Kedua dimensi tersebut mencakup dalam 8 sub-dimensi yaitu *physical functioning* (fungsi fisik), *role physical* (peran fisik), *bodily pain* (rasa sakit tubuh), *general health* (kesehatan umu), *vitality* (vitalitas), *social functioning* (fungsi sosial), *role emotional* (peran emosional), dan *mental health* (kesehatan mental).

Prosedur penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini dengan menggunakan *google form* yang disebarikan kepada mahasiswa yang berada di sekitar peneliti dan meminta bantuan kembali untuk dapat meneruskannya kepada mahasiswa lain.

Teknik analisis data

Teknik statistik yang digunakan untuk menganalisa hasil penelitian ini yaitu menggunakan uji korelasi non parametrik. Teknik korelasi tersebut dilakukan karena diketahui bahwa kedua variabel tidak berdistribusi normal, maka dapat dilakukan analisis statistik menggunakan uji koefisien korelasi non parametrik yaitu *spearman's rho* (Nugroho dkk., 2008).

Dalam pengujian hipotesis untuk menentukan menerima atau menolak hipotesis null (H_0), maka perlu melihat nilai p (*probability*) dari hasil perhitungan korelasi (r). Dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi 5% atau 0,05. Oleh karena itu, apabila nilai p berada di bawah 0,05 menunjukkan bahwa hipotesis null (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima (Anwar, 2009).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

Berdasarkan hasil perhitungan statistik deskriptif yang dilakukan oleh peneliti terhadap 203 responden, maka didapatkan hasil penyebaran data demografis sebagai berikut:

Tabel 1
Data Demografis Responden Penelitian (N=203)

Sumber: Peneliti, 2023

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa demografis responden dominan pada jenis kelamin perempuan sebanyak 78.8% (n = 160 perempuan) dan untuk jenis kelamin laki-laki sebanyak 21.2% (n = 43 laki-laki). Responden pada penelitian ini berasal dari berbagai jenjang pendidikan dari berbagai universitas yaitu Diploma satu (D1), Diploma tiga (D3), Sarjana (S1) dan Magister (S2). Jenjang pendidikan yang mendominasi penelitian ini adalah responden dari jenjang pendidikan sarjana atau S1 sebanyak 86.7% (n = 176 responden). Berdasarkan domisili tempat tinggal responden, dapat dilihat

Aspek		Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	43	21.2%
	Perempuan	160	78.8%
Jenjang Pendidikan	Diploma satu (D1)	4	2%
	Diploma tiga (D3)	11	5.4%
	Sarjana (S1)	176	86.7%
	Magister (S2)	12	5.9%
Domisili	DKI Jakarta	105	51.7%
	Jawa Barat	63	31%
	Banten	24	11.8%
	Lainnya	11	5.5%
Lama Waktu Memelihara	3 tahun	79	38.9%
	4 - 5 tahun	51	25.1%
	>5 tahun	73	36%

160 perempuan) dan untuk jenis kelamin laki-laki sebanyak 21.2% (n = 43 laki-laki). Responden pada penelitian ini berasal dari berbagai jenjang pendidikan dari berbagai universitas yaitu Diploma satu (D1), Diploma tiga (D3), Sarjana (S1) dan Magister (S2). Jenjang pendidikan yang mendominasi penelitian ini adalah responden dari jenjang

bahwa responden dominan dari wilayah DKI Jakarta sebanyak 51.7% (n = 105 responden). Kemudian, responden dalam penelitian ini memiliki jangka waktu memelihara paling dominan pada jangka waktu 3 tahun sebanyak 38.9% (n = 79 responden).

Tabel 2
Gambaran Nilai Mean dan Standar Deviasi Pet Attachment dan HRQoL

Aspek		Mean <i>Pet Attachment</i>	SD	Mean <i>HRQoL</i>	SD
Jenis Kelamin	Laki-laki	47.09	9.55	31.16	5.31
	Perempuan	52.70	7.53	29.36	5.20
	Total	51.51	8.30	29.74	5.27
Lama Waktu Memelihara	3 tahun	50.98	8.54	28.81	5.30
	4 -5 tahun	51.23	8.67	31.13	4.98
	>5 tahun	52.28	7.82	29.79	5.27
	Total	51.51	8.30	29.74	5.27

Sumber: Peneliti, 2023

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui pada kategori jenis kelamin, nilai rata-rata *pet attachment* tertinggi berada pada responden berjenis kelamin perempuan dengan rata-

rata sebesar 52.70. Pada nilai rata-rata HRQoL tertinggi berada pada responden berjenis kelamin laki-laki dengan rata-rata sebesar 31.16. Berdasarkan tabel tersebut

dapat diketahui pula nilai rata-rata dari kategori lama waktu memelihara, yaitu untuk variabel *pet attachment* nilai rata-rata *pet attachment* tertinggi berada pada waktu memelihara selama > 5 tahun dengan rata-

rata sebesar 52.28. Pada nilai rata-rata HRQoL kategori lama waktu memelihara tertinggi berada pada waktu memelihara selama 4 -5 tahun dengan rata-rata sebesar 31.13.

Tabel 3
Gambaran Jenis Hewan Peliharaan

Jenis Hewan Peliharaan	Total Frekuensi	Presentase (%)
Kucing	159	54,6%
Ikan	41	14,1%
Burung	28	9,6%
Anjing	29	10%
Kura-kura	7	2,4%
Ayam	4	1,4%
Hamster	3	1%
Lainnya	20	6,9%
Total	291	100%

Sumber: Peneliti, 2023

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa hewan peliharaan dalam penelitian ini tersebar pada berbagai jenis hewan peliharaan. Dalam penelitian ini, responden dapat memilih lebih dari satu jenis hewan peliharaan pada saat melakukan pengisian kuesioner. Jenis hewan peliharaan yang dimiliki oleh responden dalam penelitian ini terdiri dari seekor kucing, ikan, burung, anjing, kura-kura, ayam, hamster dan lainnya seperti kelinci, tupai, musang, leopard gecko, ular, biawak, kadal, iguana dan buaya. Dalam penelitian ini diketahui bahwa jenis hewan paling banyak dipelihara oleh responden dalam penelitian ini berada pada jenis hewan peliharaan seekor kucing sebesar 159 responden atau 54,6%.

Uji analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan teknik korelasi *spearman's rho*. Didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4

Uji Analisa Data			
		<i>Pet Attach ment</i>	HRQoL
<i>Pet Attach ment</i>	<i>Correla tion Coeff. Sig. (1-tailed)</i>	1	0.146
	<i>N</i>	203	203
HRQoL	<i>Correla tion Coeff. Sig. (1-tailed)</i>	0.146	1
	<i>N</i>	203	203

Sumber: Peneliti, 2023

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa hasil uji korelasi *spearman's rho* pada penelitian ini memiliki nilai $p=0.019$ ($p<0.05$) dan nilai $r=0.146$. Menurut Damayanti, Kasiyun, Nafiah dan Hartatik (2020), apabila melihat nilai sig. <0.05 , maka hasilnya diketahui terdapat hubungan yang signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini terdapat

hubungan, serta berdasarkan nilai koefisien yaitu sebesar 0.146 menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel bernilai positif.

Dalam penelitian ini diketahui bahwa nilai $r=0.146$ memiliki arti kekuatan dari jenis korelasi bersifat lemah. Menurut Al Hameed (2022) menjelaskan bahwa terdapat penilaian mengenai angka jenis korelasi dari

hubungan antara kedua variabel pada korelasi *spearman's rho*. Apabila nilai yang didapatkan dengan angka 1 memiliki arti korelasi penuh, angka 0.70 – 0.99 memiliki arti korelasi kuat, 0.50 – 0.69 memiliki arti korelasi rata-rata, dan angka 0.01 – 0.49 memiliki arti korelasi lemah.

Tabel 5
Kategorisasi Variabel

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Pet Attachment</i>	Tinggi	17	8.4%
	Sedang	153	75.4%
	Rendah	33	16.3%
	Total	203	100%
HRQoL	Sedang	36	17.7%
	Rendah	167	82.3%
	Total	203	100%

Sumber: Peneliti, 2023

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki tingkat *pet attachment* dengan kategori sedang sebesar 153 responden atau 75.4% dari total responden. Pada variabel kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) memiliki tingkat kategorisasi variabel bahwa sebagian responden berada pada kategori rendah sebesar 167 responden atau 82.3% dari total responden.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *pet attachment* dengan kualitas hidup terkait kesehatan atau *health related quality of life* (HRQoL) pada mahasiswa. Semakin tinggi *pet attachment* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka

semakin tinggi pula kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa.

Kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) yang baik pada mahasiswa yaitu ketika mahasiswa berada pada tingkat kesejahteraan secara fisik, mental dan sosial. Peningkatan HRQoL sering dikaitkan dengan kondisi sehat secara fisik pada individu yang dapat diperoleh dari rutinya melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga dan jalan santai (Alireza & Wahjuni, 2020). Berdasarkan penelitian Anokye *et al.* (2012 dalam Boozer, 2017) menemukan bahwa individu yang memiliki rutinitas dalam meningkatkan aktivitas fisiknya, maka didapatkan bahwa minim terkena penyakit dan dapat meningkatkan HRQoL

Berdasarkan hasil data demografis, dapat diketahui bahwa responden paling banyak dalam penelitian ini yaitu dengan jenis

kelamin perempuan. Diketahui pula dari hasil nilai rata-rata variabel dalam penelitian ini bahwa mahasiswa berjenis kelamin laki-laki yang memiliki nilai rata-rata HRQoL lebih tinggi daripada mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Hal ini dikarenakan mahasiswa berjenis kelamin perempuan menunjukkan bahwa adanya sikap yang kurang positif terkait olahraga atau aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang rendah pada perempuan dikarenakan oleh adanya perasaan kurang nyaman dalam beraktivitas fisik di luar, atau lebih banyak memunculkan rasa takut yang mengakibatkan perempuan mengalami kondisi stres (Boozer, 2017). Lebih lanjut, penelitian tersebut menunjukkan bahwa laki-laki memiliki skor rata-rata HRQoL lebih tinggi dari pada perempuan. Dalam kehidupan mahasiswa, aktivitas fisik yang dilakukan dapat mengurangi kondisi stres yang dialaminya. Misalnya, mahasiswa akan lebih rentan mengalami penurunan aktivitas fisik apabila mahasiswa memperoleh tuntutan akademik yang lebih tinggi, masalah keuangan dan ketidakpastian sosial. Adanya tuntutan tersebut membuat mahasiswa mengalami kondisi stres, serta berdampak pada aktivitas individu yang minim bergerak atau jalan, dan lebih memilih berada di kamarnya untuk tidur maupun gaya hidup yang kurang baik, hal tersebut memunculkan adanya penurunan aktivitas fisiknya.

Di sisi lain, nilai rata-rata jenis kelamin dari variabel *pet attachment* dalam

penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan memiliki nilai rerata tertinggi dibandingkan dengan laki-laki pada kelekatan secara umum dan perasaan atas kepemilikan hewan peliharaan. Hal ini dikarenakan perempuan memiliki sikap kepedulian terhadap hewan peliharaan seperti terkait perawatan, keterlibatan dan perlindungan kepada hewan peliharaan lebih tinggi (Duma, 2022). Dalam teori *human attachment*, perempuan digambarkan lebih aktif dalam mencari kelekatan pada figur kelekatan seperti orang tua untuk mendapatkan dukungan lebih (Cross & Madson, 1997 dalam Muldoon, Williams, dan Currie, 2019). Hal ini berkaitan dengan teori *pet attachment*, bahwa semakin individu melewati masa perkembangannya maka individu terutama berjenis kelamin perempuan lebih mencari hubungan emosional yang kuat kepada figur kelekatan yaitu hewan peliharaan. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan untuk dapat mengekspresikan perasaannya dan tidak memperoleh interupsi dari pihak lain, serta hal tersebut bisa dilakukan hanya kepada hewan peliharaannya.

Memelihara hewan peliharaan dapat meningkatkan kesehatan fisik mahasiswa. Hal tersebut bergantung pada gaya hidup seseorang (Biswas, 2019). Misalnya dengan individu mengajak jalan-jalan hewan peliharaan seperti anjing dan kucing secara teratur dapat melatih kesehatan fisik individu seperti meningkatkan kebugaran, menurunkan berat badan, membuat

individu lebih aktif dan relaksasi. Kehadiran seekor kucing menjadi peliharaan individu dapat menurunkan denyut jantung, tekanan darah sistolik dan diastolik (Dinis & Martins, 2016; Robinson *et al.*, 2022). Berdasarkan beberapa penelitian, seekor anjing dan kucing dilaporkan lebih memiliki nilai keterikatan lebih tinggi pada pemiliknya dibandingkan jenis hewan lainnya. Hal ini dikarenakan perawatan, perlindungan maupaun aktivitas dengan seekor anjing dan kucing lebih sering dilakukan (Wright, 2018).

Dalam memelihara dan merawat hewan peliharaan, terkhusus seekor anjing dan kucing, kategori lama waktu memelihara menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pola *pet attachment security* (Smolkovic *et al.*, 2012). Berdasarkan hasil nilai rata-rata variabel dalam penelitian ini diketahui bahwa variabel *pet attachment* dan HRQoL berada pada jangka waktu memelihara > 3 tahun yaitu 4-5 tahun dan > 5 tahun. Hal ini dikarenakan semakin lama jangka waktu memelihara hewan peliharaan maka individu akan memiliki kelekatan lebih tinggi dengan hewan peliharaannya (Soetjipto, 2021). Individu yang memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan memperoleh banyak manfaat seperti meningkatkan kualitas hidup dan komunikasi yang baik dengan lingkungannya (Nugrahaeni, 2016; Sambola, 2017).

Semakin tinggi nilai kelekatan dengan hewan peliharaan maka akan semakin tinggi

pula nilai kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL). Pernyataan ini selaras dengan hasil penelitian ini bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *pet attachment* dengan kualitas hidup terkait kesehatan atau *health related quality of life* (HRQoL) pada mahasiswa. Sejalan pula dengan hasil penelitian Sambola *et al.* (2017) menemukan bahwa kelekatan individu dengan hewan terutama pada seekor anjing menunjukkan adanya kualitas hidup yang tinggi. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa kelekatan individu pada hewan dapat meningkatkan kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan faktor lainnya seperti komunikasi dengan orang tua maupun sahabat atau teman.

Berdasarkan hasil kategorisasi terhadap total 203 responden, maka diperoleh bahwa sebanyak 153 responden memiliki tingkat *pet attachment* yang sedang, serta sebanyak 167 responden memiliki tingkat kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) yang rendah. Berdasarkan penelitian Nugrahaeni (2016) diketahui bahwa mayoritas pemilik hewan peliharaan dalam penelitiannya memiliki kelekatan sedang pada hewan peliharaannya. Hal tersebut memiliki arti bahwa pemilik hewan peliharaan memiliki ikatan emosional yang cukup dengan hewan peliharaannya dan menciptakan adanya perasaan yang cukup terkait saling tergantung satu sama lain dan menjaga keamanan, perlindungan serta perhatian satu sama lain. Selain itu juga kelekatan

dengan hewan peliharaan dapat membantu pemilik hewan peliharaan untuk dapat lebih bertanggung jawab, berkomunikasi dengan orang lain menjadi lebih baik dan dapat menjadikan hewan peliharaan sebagai teman setia yang tidak menghakiminya (Zilcha-Mano *et al.*, 2011; Sambola *et al.*, 2017). Selanjutnya, diperoleh bahwa sebanyak 167 responden memiliki tingkat kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada kategori rendah. Artinya bahwa responden dalam penelitian ini memiliki persepsi yang cukup rendah dalam menyikapi aspek kehidupan dalam ranah fisik, mental dan sosial dengan baik.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai positif antara *pet attachment* dan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa. Artinya bahwa setiap kenaikan satu variabel maka akan diikuti dengan kenaikan pada variabel lainnya. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *pet attachment* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa.

Saran

- a. Mahasiswa: Diharapkan dapat menjaga dan meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) yang dimiliki. Hal tersebut dapat dilakukan

dengan meningkatkan kegiatan secara fisik, kesehatan mental dan hubungan sosial. Peningkatan tersebut dapat dilakukan dengan salah satunya yaitu berinteraksi dengan hewan peliharaan dan menghabiskan waktu lebih banyak dengan hewan peliharaan. Misalnya dengan memperhatikan kesejahteraan hewan peliharaan dan kebutuhan hidupnya.

- b. Pemilik hewan peliharaan atau individu yang ingin memelihara hewan sebagai peliharaannya: Diharapkan untuk dapat mempertimbangkan berbagai hal dari memelihara hewan peliharaan untuk meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL). Misalnya mengenai kesejahteraan, perlindungan dan perawatan dari hewan peliharaan. Diketahui bahwa memelihara hewan peliharaan tidak hanya memiliki dampak positif, namun terdapat pula dampak negatif seperti membutuhkan biaya lebih banyak dan mengakibatkan ketidakseimbangan ekonomi apabila individu mengalami kesulitan dalam hal tersebut.
- c. Orang tua dan perguruan tinggi: Diharapkan untuk dapat mengawasi dan memperhatikan kondisi kesehatan fisik, mental dan sosial dari anak atau mahasiswa. Serta, dapat memberikan dan meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan fisik, mental dan sosial untuk dapat meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan

(HRQoL) pada anak atau mahasiswa. Diharapkan pula untuk perguruan tinggi dapat memberikan fasilitas berupa layanan konseling kepada mahasiswa untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatan mental.

- d. Peneliti selanjutnya: Diharapkan dapat melakukan studi komparasi pada kategori jenis hewan peliharaan untuk mengetahui secara mendalam gambaran *pet attachment* maupun kualitas hidup terkait kesehatan (HRQoL) pada mahasiswa. Kemudian, diharapkan dalam hal penentuan responden penelitian dapat lebih spesifik dalam menentukan kriteria responden maupun batasan dalam jenis hewan peliharaan. Direkomendasikan dapat menentukan kriteria responden sebagai pemilik hewan peliharaan yang sedang memelihara hewan peliharaan. Hal tersebut ditujukan supaya dapat memperoleh hasil penelitian yang dapat digeneralisasikan.

Keterbatasan penelitian

Pada hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan terhadap pemilik hewan peliharaan selain mahasiswa, seperti individu yang telah bekerja atau orang tua yang memiliki hewan peliharaan. Dengan kata lain, bahwa penelitian ini hanya terbatas pada responden dalam penelitian ini saja, dikarenakan hasil data yang diperoleh menyatakan bahwa data tidak berdistribusi normal atau tidak dapat

digeneralisasikan untuk kalangan lain. Kemudian, pada hasil penelitian ini tidak merata dalam kategori demografi jenjang pendidikan dan jenis hewan peliharaan. Sebab, tiap jenis hewan peliharaan memiliki bentuk dan dampak keterikatannya dengan manusia yang cukup beragam.

PUSTAKA ACUAN

- Alireza, Ibrahim Dimas dan Wahjuni, Endang Sri. (2020). Survei kualitas hidup mahasiswa fakultas ilmu olahraga universitas negeri Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 8(1), 295-299.
- Andresen, Elena M. dan Meyers, Allan R. (2000). Health-related quality of life outcomes measures. *Arch Phys Med Rehabil*, 81 (2).
- Anwar, Ali. (2009). *Statistika untuk penelitian pendidikan dan aplikasinya dengan spss dan excel*. IAIT Press.
- Aruah, D. E., Ezeh, V. O. dan Tom, C. I. (2019). Relationship between pet ownership, pet attachment and decision to have children among single people in the united states: A need for flexible child care facilities in the united states. *Open Journal of Social Science*, 7, 15-30.
- As'ari, Zaida Qori. (2021). Hubungan pet attachment terhadap subjective well-being pemilik hewan saat pandemic. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 4, 978 - 986.
- Ashing-Giwa, Kimlin Tam. (2005). The contextual model of HRQoL: A

- paradigm for expanding the HRQoL framework. *Qual Life Res*, 14(2), 297-307.
- Biswas, Sukanya. (2019). The benefits of pets for human health. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 13(3).
- Blazina, C., Boyraz, G. dan Shen-Miller, D. (2011). *The psychology of the human-animal bond: A resource for clinicians and researchers*. New York: Springer.
- Boozer, Sarah J. (2017). Effect of physical activity on quality of life for college students: A comparative gender study. *Honors Theses*, 526.
- Creswell, John W. (2012). *Educational research: planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson Education, Inc.
- Damayanti, A. R., Kasiyun, S., Nafiah dan Hartatik, S. (2020). Pengaruh pemberian penguatan (*reinforcement*) guru terhadap motivasi belajar siswa SD Kemala Bhayangkari 1. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 9 (2).
- Dinis, Filipa Alexandra Benchim ol da Silva Garcia dan Martins, Thais Lima Fernandes. (2016). Does cat attachment have an effect on humanhealth? A comparison between owners and volunteers. *Pet Behavior Science*, 1, 1-12.
- Duma, Thrixiew Gavriela Kara. (2022). Pengaruh *pet attachment* dan dukungan sosial terhadap stres pada dewasa awal selama pandemi covid-19. *Jurnal Pembelajaran dan Pengembangan Diri*, 2(2).
- Douglas, Deanna Kay. (2005). Benefits to pets from the human-animal bond: A study of pet owner behaviors and their relation to attachment. *Disertasi: Wichita State University*.
- Endarti, Ajeng Tias. (2015). Kualitas hidup kesehatan: Konsep, model dan penggunaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2).
- Enderwati, M. L., Rahmawaty, P. dan Wibowo, A. (2016). The quality of student life (kualitas hidup mahasiswa) fakultas ekonomi universitas negeri Yogyakarta. *Prosifing Seminar Nasional*.
- Erber. G. S., Maier, M. dan Kundi, M. (2020). Pet attachment and wellbeing of older-aged recreational horseback riders. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 1865.
- Erliza, Yenni dan Atmasari, Ayuning. (2022). Pengaruh *pet attachment* terhadap *happiness* pada pemilik hewan peliharaan di kecamatan sumbawa. *Jurnal PsimawaL Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 5(1), 54 – 62.
- Garrity, Thomas F., Stallones, Lorann; Marx, Martin B.; Johnson, Timothy P. (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The*

Dewi, G. A. P., Saputra, D. Keterkaitan antara Pet Attachment dan Health Related Quality of Life (HRQOL) pada Mahasiswa

- Interactions of People & Animals*, 3(1), 35-44.
- Gurková, Elena. (2011). Issues in the definitions of HRQoL. *Journal of Nursing, Social Studies, Public Health and Rehabilitation: 3-4*.
- Habsari, A. S. dan Rumawas, M. E. (2021). Gambaran kualitas hidup pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas tarumanegara Jakarta. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 1 (2), 105-114.
- Hardi, E., Yulitri, R., Jumiarti, D. dan Sisrazani. (2022). Masalah tugas perkembangan mahasiswa dan implikasinya terhadap program BK komprehensif di perguruan tinggi. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 5(1), 12-19.
- Hays RD, Reeve BB. (2010) *Measurement and modeling of health-related quality of life*. In: Killewo J, Heggenhougen HK, Quah SR, editors. *Epidemiology and demography in public health*. San Diego: Academic Press.
- Hussin, Utami. (2021). *Hobi memiliki binatang peliharaan di masa pandemi*. Dalam <https://www.voaindonesia.com/a/hobi-memiliki-binatang-peliharaan-di-masa-pandemi-/5724316.html>.
- Johnson, Timothy P., Garrity, Thomas F. & Stallones, Lorann (1992). Psychometric evaluation of the lexington attachment to pets scale (LAPS). *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals*, 5(3), 160-175.
- Karimi, Milad dan Brazier, John. (2016). Health, health related quality of life, and quality of life: What is difference?. *Pharmacoeconomics*, 34(7), 645 - 649.
- Kogan, Lori dan Blazina, Christopher. (2019). *Clinician's guide to treating companion animal issues*. Academic Press : United Kingdom.
- Mukhaer, Afkar Aristoteles. (2021). *Kemandirian kucing sebabkan mereka lebih apatis daripada anjing*. Dalam <https://nationalgeographic.grid.id/read/132581541/kemandirian-kucing-sebabkan-mereka-lebih-apatid-daripada-anjing?page=all>.
- Muldoon, J. C., Williams, J. M. dan Currie, C. (2019). Difference in boys' and girls' attachment to pets in early-mid adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 62, 50-58.
- Nigel, P. Field, Orsini, L., Gaish, R. dan Packman, W. (2009). Role of attachment in response to pet loss. *Death Studies*, 33(4), 334-355. <http://dx.doi.org/10.1080/07481180802705783>
- Nugrahaeni, Hardiana Saraswati. (2016). Hubungan antara pet attachment dengan kualitas hidup pada pemilik hewan peliharaan. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Nugroho, S., Akbar, S. dan Vusvitasari, R.

- (2008). Kajian hubungan koefisien korelasi (r), spearman- ρ , kendall- τ , gamma, dan somers. *Jurnal Gradien*, 4 (2), 372 - 381.
- Pitil, P. P., Kadir, N. S. B. dan Wahed, W. J. E. (2020). Quality of life among malaysian university students: A cross-sectional study. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(6), 11-18.
- Robinson, L., Lundgren, K. dan Segal, R. (2022). *The health and mood-boosting benefits of pets*. Dalam <https://www.helpguide.org/articles/mental-health/mood-boosting-power-of-dogs.htm>.
- Rosaef, J. P., Rahmiati, D. U. & Sujatmiko, Budi. (2020). Korelasi prestasi akademik dengan nilai keterikatan interaksi manusia-hewan menggunakan *pet attachment and life impact scale*. *Indonesia Medicus Veterinus*, 9 (3), 401 - 416.
- Sambola, F. M., Dilliams, J., Muldoon, J., Lawrence, A., Connor M. dan Currie, C. (2017). Quality of life and adolescents' communication with their significant others (mother, father, and best friend): the mediating effect of attachment to pets. *Attachment & Human Development*, 19(3), 278-297.
- Siegrist, Johannes dan Junge, Astrid. (1989). Conceptual and methodological problems in research on the quality of life in clinical medicine. *Soc. Sci. Med.*, 29 (3), 463 - 468.
- Siyoto, Sandu dan Sodik, M. Ali. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Smolkovic, I., Fajfar, M. dan Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships. *Journal of European Psychology Students*, 3.
- Soetjipto, Kresna Hadi. (2021). Pengaruh *pet attachment* terhadap *loneliness* pada remaja di masa pandemi covid-19. *Skripsi*. Jawa Timur: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Tribudiman, Arief, Rahmadi dan Fadhila, Mahdia. (2020). Peran *pet attachment* terhadap kebahagiaan pemilik hewan peliharaan di kota banjarasin. *Jurnal Al Husna*, 1(1), 60-77.
- Ware, John E., Kosinski, Mark dan Keller, Susan D. (1995). *SF-12: How to score the SF-12 physical and mental health summary scales*. Boston, MA: The Health Institute, New England Medical Center, Second Edition.
- Wright, Simonne. (2018). The relationship between pet attachment, perceived stress and life satisfaction: An online survey. *Thesis*. Stellenbosch University.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human-pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 25, 345-257.