

HUBUNGAN ANTARA PET-ATTACHMENT DENGAN KUALITAS HIDUP PADA DEWASA MUDA YANG MEMILIKI ANJING PELIHARAAN

Theresa Nadine Wijaya^{1*}, Agoes Dariyo¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara,
Jl. Letjen S.Parman No 1, Tomang, Grogol Petamburan, Jakarta Barat, Indonesia 11440

[*theresa.705220005@stu.untar.ac.id](mailto:theresa.705220005@stu.untar.ac.id)

Abstrak

Dewasa muda merupakan tahap di mana individu mengalami peran-peran baru, sekaligus menghadapi tekanan psikologis yang cukup besar, sehingga hal ini meningkatkan kebutuhan akan dukungan sosial yang dapat berperan untuk meningkatkan kualitas hidup individu. Kualitas hidup merupakan sebuah konsep yang subjektif, dan dapat berubah-berubah setiap waktu. *Pet-Attachment* salah satu sumber dukungan yang kurang disadari oleh individu-individu. *Pet-Attachment* merupakan sebuah ikatan antara pemilik hewan peliharaan dengan hewan peliharaannya. Disebutkan di berbagai studi bahwa terdapat banyak dampak positif, namun juga terdapat dampak negatif akan *pet-attachment*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup pada dewasa muda yang memiliki anjing peliharaan. Studi ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan partisipan penelitian sebanyak 144 individu yang memiliki anjing peliharaan. Kualitas hidup diukur dengan WHOQOL-BREF, dan *pet-attachment* diukur dengan PALS. Hasil korelasi penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup sebesar $r = 0,317$ ($p = 0,000$, $p < 0,01$), dengan sumbangsih sebanyak 10% pada kualitas hidup. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *pet-attachment*, maka semakin tinggi pula kualitas hidup dewasa muda yang memiliki anjing peliharaan. Penelitian ini menemukan bahwa *pet-attachment* menjadi sumber dukungan ekstra bagi individu yang telah mendapatkan dukungan sosial dari manusia yang cukup.

Kata kunci: anjing peliharaan; dewasa muda; dukungan sosial; kualitas hidup; *pet-attachment*

Abstract

Young adulthood is a stage where individuals experience new roles, while also facing psychological pressure, increasing the need for social support which can play a role in improving the individual's quality of life. Quality of life is a subjective and can change over time. Pet-Attachment is a source of support that individuals are less aware of. Pet-Attachment is a bond between a pet owner and their pet. Many studies stated that there are many positive impacts, but there are also negative impacts of pet-attachment. This study examined the relationship between pet-attachment and quality of life in young adults who own pet dogs. Using quantitative methods, with 144 dog owners participated. Quality of life was measured with WHOQOL-BREF, and pet-attachment with PALS. The number of research participants was 144 individuals who had pet dogs. Results showed that there is a correlation between pet-attachment and quality of life of $r = 0,317$ ($p = 0,000$, $p < 0,01$), with pet-attachment contributing 10% to quality of life. Higher pet-attachment levels correlated with higher quality of life. This research found that pet-attachment was an extra source of support for individuals who had received sufficient social support from humans.

Keyword: pet dog; young adult; social support; quality of life; *pet-attachment*

PENDAHULUAN

Manusia terus bertumbuh dan berkembang hingga tua nanti, dewasa muda merupakan masa yang terjadi setelah masa remaja (Hurlock, 1980) dan terjadi pada umur 18-40 tahun. Pada masa ini, individu akan memiliki peran baru, seperti menjadi seorang suami/istri, tulang punggung keluarga, atau sebagai ayah/ibu, dan di saat yang bersamaan individu dewasa muda

juga harus menjalani kehidupannya dan menghadapi tekanan psikologis yang cukup besar, dan hal ini meningkatkan kebutuhan akan dukungan sosial yang dapat berperan untuk meningkatkan kualitas hidup individu (Chen et al., 2025; Christanti et al., 2024; Hurlock, 1980).

Kualitas hidup merupakan sebuah konsep yang memiliki banyak definisi, dan banyak digunakan pada kalangan umum maupun akademis. Menurut Theofilou (2013), kualitas hidup sendiri adalah sebuah konsep di mana individu mengukur ‘kebaikan’ (*goodness*) dari berbagai aspek hidup, seperti aspek fisik, psikologis, sosial, serta lingkungan. Kualitas hidup juga dapat didefinisikan sebagai persepsi individu mengenai kehadiran mereka di dunia dalam konteks budaya dan sistem nilai dalam tempat mereka tinggal serta berkaitan dengan tujuan, ekspektasi, standar, dan kekhawatiran mereka. Individu yang sedang beranjak dari remaja ke dewasa disebutkan memiliki kualitas hidup yang kurang baik, karena mereka rentan akan stres, serta kesepian (Di Mario et al., 2024; Hasyim et al., 2024).

Salah satu faktor pendukung agar seseorang dapat memiliki kualitas hidup yang baik adalah dukungan sosial, di mana dukungan sosial dapat mengurangi tekanan psikologis yang dialami, serta meregulasi emosi negatif pada individu (Christanti et al., 2024; Robbins & Wilner, dalam Hasyim et al., 2024). Dukungan sosial ini dapat diberikan oleh keluarga, teman, ataupun *significant other* (seperti pacar). Salah satu sumber dukungan sosial yang kurang disadari individu adalah dukungan sosial yang diberikan oleh hewan peliharaan, khususnya anjing (Johnson et al., 1992).

Pada sebuah studi menyatakan bahwa manusia dapat membentuk kelekatan dengan hewan peliharaannya (Zilcha-Mano et al., 2011). Kelekatan / ikatan secara emosional terhadap anjing (hewan peliharaan) disebut sebagai *pet-attachment* (Johnson et al., 1992). Pada studinya juga mengatakan bahwa *pet-attachment* dapat mendukung kesejahteraan psikologis individu, di mana hewan peliharaan dapat menjadi sumber dukungan sosial bagi pemiliknya (Johnson et al., 1992).

Dikatakan pada beberapa studi bahwa *pet-attachment* memiliki beberapa dampak positif seperti meningkatkan kesehatan fisik individu dengan beraktivitas dengan anjingnya, meningkatkan kesehatan mental individu, meningkatkan interaksi dan hubungan sosial individu (Orhan et al., 2024; Tóth et al., 2023). Di sisi lain, *pet-attachment* juga dapat menimbulkan dampak negatif seperti beban finansial, beban waktu, ataupun masalah perilaku anjing, di mana hal ini dapat membuat individu merasa kewalahan ataupun stres dan hal ini dapat memengaruhi kualitas hidup individu (Cromer & Barlow, 2013; Orhan et al., 2024).

Pada sebuah studi ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup pemilik hewan peliharaan, adapula ditemukan adanya hubungan positif *pet-attachment* dengan *Health Related Quality of Life* (HRQoL) pada mahasiswa (Dewi & Saputra, 2023; Nugrahaeni, 2016). Hasil riset ini menunjukan bahwa semakin tinggi tingkat *pet-attachment* individu, maka semakin tinggi pula kualitas hidup individu tersebut, namun kedua riset tersebut diujikan pada pemilik hewan peliharaan secara umum dan belum dispesifikasi pada pemilik hewan jenis tertentu, serta belum mengukur mengenai dampak negatif dari *pet-attachment*.

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup pada dewasa muda yang memiliki anjing. Serta tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *pet-*

attachment dengan kualitas hidup pada dewasa muda yang memiliki anjing. Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena mengingat dewasa muda yang menghadapi tekanan mental ketika menghadapi peran serta tanggung jawab baru, dan dewasa muda juga rentan akan stres, serta kesepian, sehingga peneliti berasumsi *pet-attachment* berkorelasi dengan kualitas hidup dewasa muda. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi informasi mengenai hubungan *pet-attachment* dengan kualitas hidup pada dewasa muda secara khusus pada pemilik anjing peliharaan, serta memberikan informasi praktis bagi pemilik anjing peliharaan mengenai dampak positif dan negatif *pet-attachment* dan kaitannya pada kualitas hidup.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dan teknik sampling yang digunakan merupakan *purposive sampling* serta *snowball sampling*. *Purposive sampling* digunakan karena pada studi ini terdapat beberapa pertimbangan dalam penentuan sampelnya, selain itu *snowball sampling* digunakan berdasarkan efisiensinya dalam mengumpulkan sampel penelitian (Sugiyono, 2013). Kriteria pada penelitian adalah individu yang berusia 18-40 tahun dan memiliki anjing peliharaan. Pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali, dengan pengambilan data pertama (*try out*) ditujukan untuk melihat validitas dan reliabilitas kedua instrumen yang digunakan. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan *google form* yang disebarluaskan pada berbagai sosial media, dan dikumpulkan sebanyak 144 partisipan, di mana jumlah partisipan ini telah memenuhi jumlah sampel minimum yang sebelumnya telah ditentukan dengan bantuan GPower yaitu sebanyak minimum 138 sampel.

Variabel kualitas hidup diukur dengan alat ukur yang dikembangkan oleh World Health Organization Quality of Life Group (WHOQOL Group) yaitu WHOQOL-BREF. Alat ukur ini memuat 26 item pertanyaan, dengan 4 dimensi, yaitu fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Alat ukur ini memiliki versi yang telah diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia dan dapat digunakan secara bebas. Dalam pengujian *try out*, ditemukan bahwa terdapat 4 butir yang perlu digugurkan dikarenakan butir tersebut tidak memenuhi syarat validasi dan reliabilitas, butir yang dimaksud merupakan butir 1, 2, 3, dan 4. Setelah membuang butir, nilai α WHOQOL-BREF sebesar 0.904.

Instrumen lainnya yang digunakan untuk mengukur *pet-attachment* adalah *Pet-Attachment and Life Impact Scale* (PALS) yang diciptakan oleh Cromer dan Barlow, alat ukur ini tersedia dalam Bahasa Inggris dan belum ada pengembangannya di dalam Bahasa Indonesia, sehingga dibutuhkan translasi ke Bahasa Indonesia. *Expert judgement* diberikan pada kedua alat ukur sebelum disebarluaskan, serta dilakukan review oleh 2 mahasiswa lainnya. Alat ukur ini terdiri dari 35 butir pertanyaan, dengan 4 dimensi yaitu *love*, *personal growth*, *negative impact*, dan *regulation*. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Liker 1-4, dengan 1 = Sangat Tidak Setuju dan 4 = Sangat Setuju. Seluruh butir PALS diterima setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Alat ukur ini memiliki nilai α sebesar 0.932. Selanjutnya dilakukan pengujian normalitas, lineartitas, korelasi, serta uji regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat 144 partisipan pada penelitian ini, dengan didominasi oleh perempuan sebanyak 127 partisipan (88,2%) dan laki-laki sebanyak 17 (11,8%) partisipan, rata-rata usia partisipan berumur 21 tahun. Domisili terbanyak pada studi ini berada di Jakarta, serta jenis ras anjing yang paling banyak dipelihara adalah *poodle*, dengan rata-rata durasi partisipan memiliki anjing selama 1 – 3 tahun.

Table 1.
Statistik Deskriptif

	Kualitas Hidup	Pet-Attachment
Valid	144	144
Minimum	2,18	2,26
Maximum	4,00	3,97
Mean Empirik	3,2112	3,5091
Standar Deviasi	0,42628	0,28350
Kolmogorov-Smirnov	0,086	0,085
Statistik Kolmogorov-Smirnov	0,069	0,070
<i>Sig Deviation from Linearity</i>		0,145

Berdasarkan hasil statistik deskriptif, didapatkan nilai mean empirik kualitas hidup yaitu sebesar 3,2112 dan pet-attachment sebesar 3,5091 yang berarti kebanyakan partisipan memilih jawaban ‘setuju’ secara konsisten. Dilakukan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan didapatkan hasil yaitu kualitas hidup memiliki nilai sebesar 0,086 dan pet-attachment sebesar 0,085, berdasarkan hasil yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa kedua variabel terdistribusi normal. Dilakukan pula pengujian linearitas yang menunjukkan nilai sebesar $0,145 > 0,05$, sehingga dinyatakan bahwa terdapat korelasi yang linear antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup.

Table 2.
Hasil Uji Korelasi Pearson

	Kualitas Hidup dengan Pet-Attachment
Pearson Correlation (r)	0,317
Signifikansi	0,000

Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,01$ maka kedua variabel berkorelasi, dengan nilai *pearson correlation* $0,317 > 0,137$ maka terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel *Pet-Attachment* dengan variabel Kualitas Hidup, dimana hubungan antara *Pet-Attachment* dengan variabel Kualitas Hidup berada pada hubungan yang rendah, hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien berada pada interval koefisien $0,20 - 0,399$.

Table 3.
Uji Model *Summary* Analisis Regresi

Variabel Dependen	R	R ²	Adjusted R ²
Kualitas Hidup	0,317	0,100	0,094

Berdasarkan hasil uji *model summary* analisis regresi, diketahui bahwa nilai R² yang didapatkan adalah sebesar 0,100 atau 10% yang bermakna bahwa *pet-attachment* memengaruhi kualitas hidup sebesar 10% sedangkan 90% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Dengan melihat hasil uji korelasi Pearson dan uji model *summary* analisis regresi, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan dengan arah positif dan signifikan antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup pada dewasa muda yang memiliki anjing peliharaan. Penelitian ini memiliki hasil yang sama dengan riset yang dilakukan oleh Dewi dan Saputra (2023) serta Nugrahaeni (2016). Riset yang dilakukan oleh Nugrahaeni (2016) menunjukkan terdapat adanya

hubungan yang signifikan antara pet-attachment dengan kualitas hidup pada individu pemilik hewan peliharaan. Pemilik hewan peliharaan yang dimaksud pada penelitiannya adalah pemilik seluruh jenis hewan peliharaan, seperti anjing, kucing, sugar glider, ataupun musang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Saputra (2023) juga menemukan adanya hubungan antara variabel *pet-attachment* dengan variabel *health related quality of life* pada mahasiswa.

Hasil uji korelasi menunjukkan nilai r sebesar 0,317 dengan $p < 0,05$, yang berarti korelasi bersifat signifikan namun di saat yang bersamaan korelasi bersifat lemah. Korelasi yang bersifat lemah ini juga didukung dengan hasil regresi linear yang menunjukkan bahwa *pet-attachment* mempengaruhi sebanyak 10% pada kualitas hidup dengan arah korelasi yang positif, dengan 90% lainnya dipengaruhi oleh aspek-aspek atau variabel lain yang tidak diteliti di studi ini. Korelasi yang lemah ini dapat dijelaskan berdasarkan karakteristik dewasa muda.

Tahap dewasa muda merupakan masa transisi dari remaja ke masa dewasa, di mana masa ini memerlukan individu untuk menyesuaikan pada hal-hal baru dan juga lingkungan yang baru (Hurlock, 1980; Lenz, 2001). Masa ini juga merupakan tahap di mana individu akan mengejar tujuan hidupnya, serta di saat yang bersamaan individu juga harus menghadapi tekanan psikologis yang cukup besar (Chen et al., 2025; Schaeie dalam Papalia & Martotell, 2014). Hal ini meningkatkan kebutuhan akan dukungan sosial yang dapat menaikkan tingkat kualitas hidup individu, namun di sisi lain anjing peliharaan tidak bisa menjadi sumber utama dalam meningkatkan kualitas hidup (Christanti et al., 2024). Cromer dan Barlow (2013) menjelaskan bahwa anjing dapat menjadi sumber dukungan sosial ekstra bagi individu yang telah memiliki sumber daya yang cukup untuk mendapatkan dukungan sosial dari manusia yang memadai. Hal ini menjelaskan mengapa *pet-attachment* hanya berkontribusi 10% terhadap kualitas hidup, karena 90% sisanya kemungkinan besar dijelaskan oleh dukungan sosial dari manusia, tingkat pendidikan, status ekonomi, pekerjaan (Wahl et al., 2004), dan aspek-aspek dominan lainnya yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Table 4.
Uji Korelasi antara Pet-Attachment dengan Dimensi Kualitas Hidup

	Fisik		Psikologis		Hubungan Sosial		Lingkungan	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
Pet-Attachment	0,233	0,005	0,229	0,006	0,313	0,000	0,286	0,000

Untuk melihat lebih lanjut mengenai korelasi antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup, dilakukan uji data tambahan berupa korelasi antara *pet-attachment* dan dimensi kualitas hidup, lalu diketahui bahwa *pet-attachment* memiliki korelasi arah positif paling tinggi dengan dimensi lingkungan ($r = 0,313$, $p < 0,05$), lalu diikuti dengan dimensi hubungan sosial ($r = 0,286$, $p < 0,05$), lalu dimensi fisik ($r = 0,233$, $p < 0,05$), dan terakhir dimensi psikologis pada kualitas hidup ($r = 0,229$, $p < 0,05$). Pada dimensi lingkungan meliputi beberapa hal seperti keselamatan, lingkungan rumah, keuangan, dan lain-lain (The WHOQOL Group, 1998). *Pet-attachment* dapat memberikan rasa aman (*secure base*) dan dapat menjadi *safe haven* bagi individu, hal ini dikarenakan hewan peliharaan memberikan cinta tanpa batas, dengan kata lain hewan peliharaan dapat menjadi sumber cinta, penerimaan, dan dukungan emosional, di mana hal ini dapat membantu memulihkan keseimbangan emosional pada saat dibutuhkan sehingga hewan peliharaan dapat memberikan rasa aman bagi pemiliknya (Tóth et al., 2023; Zilcha-Mano et al., 2011).

Sebuah studi menyatakan bahwa dukungan sosial yang didapatkan dari keluarga, teman, maupun orang yang berarti (*significant others*) memiliki dampak yang baik terhadap kualitas hidup (Christanti et al., 2024). Di sisi lain, memelihara anjing peliharaan dapat meningkatkan koneksi sosial, lingkup sosial, dan ikatan sosial bagi individu yang mengajak anjingnya berjalan ke luar, seperti sekitar rumah atau taman bermain (Orhan et al., 2024). Penelitian-penelitian sebelumnya sejalan dengan adanya hasil korelasi antara *pet-attachment* dengan dimensi hubungan sosial, di mana dimensi ini meliputi interaksi personal, dukungan sosial, dan aktivitas seksual (The WHOQOL Group, 1998).

Dengan mengajak anjing untuk berjalan-jalan, tidak hanya berdampak baik untuk kehidupan sosial, namun juga berdampak baik bagi kesehatan fisik dari pemilik anjing tersebut, karena mendorong individu untuk beraktivitas di luar ruangan dan berolahraga, dan dapat meningkatkan energi individu (Orhan et al., 2024; Tóth et al., 2023). Studi-studi ini juga sesuai dengan hasil uji yang menyatakan adanya korelasi *pet-attachment* dengan dimensi fisik kualitas hidup. Dalam sebuah studi disebutkan bahwa meningkatkan kualitas hidup membutuhkan energi untuk mempersempit celah antara realita dengan harapan atau ambisi, energi yang dimaksud dapat berasal dari diri sendiri maupun dari luar (individu lainnya) (Calman, 1984). Studi tersebut sejalan dengan studi lain yang menyatakan bahwa adanya peningkatan kualitas hidup karena memelihara anjing peliharaan bergantung pada pola hidup individu, semakin sering individu mengajak jalan-jalan peliharaannya maka kesehatan fisik individu juga akan semakin baik (Biswas dalam Dewi & Saputra, 2023).

Selain berdampak baik pada kesehatan fisik, *pet-attachment* juga berdampak baik bagi psikologis individu, hal ini berdasarkan studi yang menyatakan bahwa anjing peliharaan membantu individu untuk tidak merasa kesepian, serta perasaan negatif lainnya seperti stres dan kecemasan (Orhan et al., 2024; Özen et al., 2024; Tóth et al., 2023). Dengan kata lain, studi tersebut sejalan dengan hasil yang menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara *pet-attachment* dengan psikologis.

Table 5.
Uji Korelasi antara Kualitas Hidup dengan Dimensi Pet-Attachment

	Personal Growth		Love		Negative Impact		Regulation	
	r	p	r	p	r	p	r	p
Kualitas Hidup	0,333	0,000	0,293	0,000	0,005	0,955	0,277	0,001

Dilakukan pula pengujian data tambahan lainnya berupa uji korelasi antara dimensi kualitas hidup dengan dimensi *pet-attachment*, lalu hasilnya menyatakan bahwa terdapat dimensi yang tidak berkorelasi dan signifikan dengan kualitas hidup. Hasil uji korelasi per dimensi menunjukkan bahwa dimensi *personal growth*, ($r = 0,333$, $p < 0,05$), dimensi *love* ($r = 0,293$, $p < 0,05$) dan dimensi *regulation* ($r = 0,277$, $p < 0,05$) memiliki korelasi positif dan signifikan dengan kualitas hidup. Temuan ini sejalan dengan hasil studi yang menunjukkan bahwa adanya kontribusi signifikan antara *pet-attachment*, empati, dan kualitas hidup, di mana *attachment* dan empati pada anjing dapat meningkatkan kualitas hidup baik pada manusia dan juga anjing (Sung & Han, 2023).

Di sisi lain, dimensi *negative impact* ($r = 0,005$, $p = 0,953$) tidak menunjukkan adanya korelasi dan signifikan dengan kualitas hidup. Dimensi *negative impact* yang dimaksud merupakan mengenai stres, menjadi pribadi yang lebih buruk dan emosi, serta terbebani secara finansial (Cromer & Barlow, 2013). Studi lain juga menjelaskan adanya stress akibat masalah perilaku anjing, masa rontok bulu (*shedding*), kesusahan untuk menyeimbangkan antara perawatan

anjing dan pekerjaan, masalah kesehatan anjing, perawatan sehari-hari, dan lain (Orhan et al., 2024). Dimensi *negative impact* yang tidak berkorelasi dan tidak signifikan dengan kualitas hidup ini dapat dijelaskan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa individu menyangkal bahwa memiliki hewan peliharaan itu membuat stres, menjadi beban finansial, atau berdampak negatif pada diri sendiri (Cromer & Barlow, 2013). Temuan ini mengindikasikan bahwa pada dewasa muda yang memiliki anjing, dimensi positif *pet-attachment (personal growth, love, regulation)* lebih kuat untuk berhubungan dengan kualitas hidup dibandingkan dimensi negatifnya (*negative impact*).

Penelitian ini tentunya tidak luput dari keterbatasan, seperti kurangnya informasi lebih lanjut mengenai ekonomi (pengeluaran atau pendapatan) partisipan, pekerjaan, kondisi kesehatan, serta aktivitas yang biasa dilakukan oleh partisipan bersama anjing peliharaanya. Pada penelitian ini juga belum meneliti mengenai faktor atau variabel lain yang berkaitan dengan *pet-attachment* ataupun peningkatkan kualitas hidup.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi ini dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *pet-attachment* dengan kualitas hidup pada dewasa muda yang memiliki anjing peliharaan. Temuan ini menandakan bahwa semakin tinggi *pet-attachment* individu pada anjing peliharaannya, maka semakin tinggi pula taraf kualitas hidupnya. *Pet-attachment* memiliki pengaruh sebanyak 10% terhadap kualitas hidup individu. Hal ini disebabkan karena *pet-attachment* bisa memberikan tambahan dukungan sosial bagi individu yang sudah memiliki dukungan sosial yang memadai dari sesama manusia, dan diketahui pula dampak positif akan *pet-attachment* dapat meningkatkan aspek-aspek kualitas hidup, seperti fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.

Penelitian ini juga menemukan bahwa dampak negatif tidak memengaruhi individu pada evaluasinya akan kualitas hidup, namun diperlukan lagi penelitian lebih lanjut untuk membahas mengenai dampak negatif tersebut. Namun, studi ini memberikan informasi lebih dalam mengenai hubungan antara *pet-attachment* dan kualitas hidup, khususnya pada pemiliki anjing peliharaan. Diperlukan kajian lebih dalam atau pula menggunakan pendekatan lain, seperti kuantitatif dalam mengetahui lebih jauh mengenai pengaruh *pet-attachment* pada kualitas hidup, dan juga mengetahui mengenai dampak negatif akan *pet-attachment*. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan studi dengan topik serupa namun dilakukan pada partisipan yang karakteristik kesehatan fisik atau kesehatan mental tertentu, serta dapat memperdalam mengenai demografi partisipan.

REFERENSI

- Calman, K. C. (1984). Quality of life in cancer patients – and hypothesis. *Journal of Medical Ethics*, 10(3), 124–127. <https://doi.org/10.1136/jme.10.3.124>
- Chen, Y., Liao, W., & Qin, Y. (2025). The effect of pet attachment on social support among young adult cat owners: the chain mediating roles of emotion regulation and empathy. *Humanities and Social Sciences Communications*, 12, 614. <https://doi.org/10.1057/s41599-025-04931-8>
- Christanti, D., Prasetyo, E., & Tedjawidjaja, D. (2024). Kualitas hidup mahasiswa: tinjauan dari peran dukungan sosial keluarga, teman, dan significant others. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(1), 59–72. <https://doi.org/10.26905/jpt.v19.i1.10721>
- Cromer, L. D., & Barlow, M. R. (2013). Factors and convergent validity of the pet attachment

- and life impact scale (PALS). *Human-Animal Interaction Bulletin*, 1(2), 34–56. <https://doi.org/10.1079/hai.2013.0012>.
- Dewi, G. A. P., & Saputra, D. (2023). Keterkaitan Antara pet attachment dan health related quality of life (HRQOL) pada mahasiswa. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(1), 16–32. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v14i01.740>
- Di Mario, S., Rollo, E., Gabellini, S., & Filomeno, L. (2024). How Stress and burnout impact the quality of life amongst healthcare students: An Integrative review of the literature. In *Teaching and Learning in Nursing*, 19(4), 315–323. <https://doi.org/10.1016/j.teln.2024.04.009>
- Hasyim, F. F., Setyowibowo, H., & Purba, F. D. (2024). Factors Contributing to quarter life crisis on early adulthood: A systematic literature review. In *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 1–12. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866>
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology* (4th ed.). McGraw-Hill.
- Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). Psychometric Evaluation of the lexington attachment to pets scale (Laps). *Anthrozoös*, 5(3), 160–175. <https://doi.org/10.2752/089279392787011395>
- Lenz, B. (2001). The Transition from adolescence to young adulthood: A theoretical perspective. *The Journal of School Nursing*, 17(6), 300–306. <https://doi.org/10.1177/10598405010170060401>
- Nugrahaeni, H. S. (2016). *Hubungan antara pet attachment dengan kualitas hidup pada pemilik hewan peliharaan*. Universitas Negeri Semarang.
- Orhan, B. E., Astuti, Y., Setyawan, H., Karaçam, A., & Susanto, N. (2024). Exploring the Connection between physical and mental health in women and dog ownership. *Retos*, 58, 190–204. <https://doi.org/10.47197/retos.v58.106626>
- Özen, D., Biçakci, N. M., & Salgırılı Demirbaş, Y. (2024). Exploring the dynamics of human-pet attachment: an in-depth analysis of socio-demographic factors and relationships. *Ankara Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, 71(4), 385–393. <https://doi.org/10.33988/auvfd.1366652>
- Papalia, D. E., & Martotell, G. (2014). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D* (19th ed.). Alfabeta.
- Sung, J. Y., & Han, J. S. (2023). Exploring the role of empathy as a dual mediator in the relationship between human–pet attachment and quality of life: A survey study among adult dog owners. *Animals*, 13, 1-13. <https://doi.org/10.3390/ani13132220>
- The WHOQOL Group. (1998). Development of the WHOQOL-BREF Assessment. *Psychological Medicine*, 28(3), 551–558. <https://doi.org/10.1017/s0033291798006667>
- Theofilou, P. (2013). Quality of life: Definition and measurement. *Europe's Journal of Psychology*, 9(1), 150–162. <https://doi.org/10.5964/ejop.v9i1.337>
- Tóth, S., Kinczel, A., Lengyel, A., Pálinkás, R., Molnár, A., Kiss, A. L., Zidek, P., & Müller, A. (2023). The role of dogs in maintaining health and quality of life. *GeoSport for Society*, 19(2), 76–84. <https://doi.org/10.30892/gss.1904-098>
- Wahl, A. K., Rustoen, T., Hanestad, B. R., Lerdal, A., & Moum, T. (2004). Quality of life in the general Norwegian population, measured by the Quality of Life Scale (QOLS-N). *Quality Of Life Research: An International Journal Of Quality Of Life Aspects Of Treatment*, 13(5), 1001–1009. <https://doi.org/10.1023/B:QURE.0000025583.28948.5b>
- 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*, 45(4), 345–357. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.04.001>