Motiva : Jurnal Psikologi
2023, Vol 6, No 2, 97-107

DUKUNGAN SOSIAL DAN *PET ATTACHMENT* SEBAGAI PREDIKTOR KESEPIAN PADA DEWASA AWAL BERSTATUS LAJANG

SOCIAL SUPPORT AND PET ATTACHMENT AS PREDICTOR OF LONELINESS LEVEL IN SINGLE EARLY ADULTHOOD

Zulita Regita Cahyani[(1)], Sarah Afifah[(2)]
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang[(1,2)]
1920901059@radenfatah.ac.id[(1)], sarahafifah_uin@radenfatah.ac.id[(2)]

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh antara *pet attachment* terhadap kesepian yang dialami dewasa awal lajang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi ganda. Terdapat 122 partisipan yang berusia 18-40 tahun yang memiliki hewan peliharaan dan berstatus lajang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan alat ukur skala Likert dengan menggunakan skala dukungan sosial, skala *pet attachment* dan skala kesepian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, kemudian data ditabulasi dan di analisis menggunakan program IBM SPSS Versi 26. Hasil dari penelitian menunjukkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial, *pet attachment* terhadap tingkat kesepian dengan nilai 14.803 atau > 3.07 dan p=0.000 (p<0.05). Secara simultan, dukungan sosial dan *pet attachment* berpengaruh negatif terhadap kesepian sebesar 55.1% dan sisanya 44.9% dipengaruhi oleh variabel lain. Artinya semakin tinggi tingkat dukungan sosial dan *pet attachment*, maka semakin rendah tingkat kesepian yang dialami dewasa awal yang berstatus lajang.

Kata Kunci : dukungan sosial, *pet attachment*, kesepian, dewasa awal.

Abstract : *The purpose of this study was to determine the effect of between pet attachment and loneliness experienced by young single adults. This study uses quantitative methods with multiple regression analysis techniques. There were 122 participants aged 18-40 years who had pets and were single. Data collection used a questionnaire with a Likert scale measuring instrument using a social support scale (Sulistiani et al., 2022), a pet attachment scale (Fitriyana, 2014), and a loneliness scale (Rinaldi, 2021). The sampling technique used in this study was purposive sampling, then the data were tabulated and analyzed using the IBM SPSS Version 26 program. The results of the study showed that there was a significant negative effect between social support, pet attachment on the level of loneliness with a value of 14,803 or > 3.07 and p=0.000 (p < 0.05). Simultaneously, social support and pet attachment have a negative effect on loneliness by 55.1% and the remaining 44.9% are influenced by other variables. This means that the higher the level of social support and pet attachment, the lower the level of loneliness experienced by young adults who are single.*

Keywords*: social support, pet attachment, loneliness, early adulthood.*

PENDAHULUAN

Dalam rentang kehidupan, manusia memiliki serangkaian tugas perkembangan yang berbeda dan mengalami berbagai perkembangan dengan periode yang berurutan. Periode ini banyak terjadi pada usia dewasa awal. Pada periode ini, merupakan masa-masa sulit, karena sebagai orang dewasa, mereka diharapkan mampu untuk melakukan penyesuaian diri. Usia dewasa awal menurut Hurlock (1996) dimulai pada usia 20 tahun sampai usia 40 tahun yang mana ditandai dengan adanya tahapan *intimacy* vs *isolation* sebagai salah satu tugas perkembangan yang dirasakan seorang dewasa awal, dan disertai dengan tugas yang berkaitan dengan pembentukan relasi dengan orang lain. Tahapan *intimacy* ini mampu digapai dengan adanya ikatan interpersonal yang erat dan membuat komitmen bersama orang lain, yang jika tidak terpenuhi maka akan memicu perasaan terisolasi. Perasaan ini terjadi sebab terdapat kegagalan ketika mengembangkan kedekatan yang erat, seperti ketidakmampuan individu saat menghadapi kesulitan dalam membangun kedekatan dengan orang lain, pasangan, maupun orang-orang terdekat sehingga menimbulkan perasaan yang terhalang seperti adanya kesepian berupa individu cenderung menarik diri dari orang lain (Bradley, 1997). Dalam tahap ini, usia remaja akhir hingga dewasa awal muda merupakan fase yang cukup berisiko tinggi untuk mendapati perasaan kesepian (Groarke et.al, 2020).

Menurut Russell, et.al (1980) kesepian dapat terjadi karena kurangnya interaksi dan hubungan sosial yang erat dengan orang lain, dan rasa kesepian yang disebabkan oleh perubahan kehidupan sosial individu secara drastis. Sebagai makhluk sosial, manusia memiliki kebutuhan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan manusia lain untuk mencapai suatu tujuan (Puteri & Wangid, 2018). Terdapat berbagai cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa kesepian yang dialami oleh individu, salah satunya dengan memelihara hewan (Nurlayli & Hidayati, 2014). Lebih lanjut, menurut Duma (2022) hewan peliharaaan dianggap mampu memberikan cinta tanpa syarat yang tidak memandang pada kesuksesan sosial dan pencapaian profesioanal.

Lebih lanjut menurut Russel, et.al (1980) adapun aspek yang diungkap yaitu; a) *Trait Loneliness* yang terjadi karena adanya pola yang stabil dari perasaan kesepian yang cenderung berubah dalam situasi tertentu, seperti tingkat kepercayaan yang kurang dan memiliki ketakutan akan orang asing; b) *Social Desirability Loneliness* ialah terjadinya kesepian karena tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan dalam lingkungannya; c) *Depression loneliness* yaitu terjadinya kesepian karena perasaan yang terganggu seperti murung, sedih, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan yang dialami. Weiss (1973) membagi kesepian menjadi dua bentuk, yaitu a) *Emotical loneliness*, merupakan kondisi individu yang kehilangan figur dekatnya secara emosional, seperti hubungan anak dengan orang tua, individu dewasa dengan pasangan ataupun dengan teman dekatnya; b) *Social loneliness*, terjadi ketika seseorang memiliki hubungan sosial yang cenderung kurang, seperti pindah rumah, tidak memiliki kelompok atau komunitas yang terkait dengan tidak adanya jaringan pertemanan yang luas degan minat yang sama.

Berdasarkan hasil eksperimen kesepian yang dilakukan oleh BBC News menunjukkan bahwa tingkat kesepian tertinggi yaitu terjadi pada usia 16-24 tahun dengan 40% lapaoran yang menyatakan bahwa mereka sering merasakan kesepian (Hammond, 2022). Tak hanya itu, hasil survei yang dilakukan oleh Mental Health Fondation (2010) menyebutkan bahwa individu pada rentang usia 18-34 tahun mengalami kesepian lebih sering dari pada usia 35-54 tahun bahkan 55 tahun ke atas. Hal ini diperkuat dengan adanya hasil wawancara peneliti bersama A.R ketika diberikan pertanyaan tentang apa yang dirasakan ketika mengalami kesepian, A.R mengatakan bahwa rasa sepi selalu ada, A.R mengatakan bahwa A.R merasa sangat kesepian sejak beberapa tahun silam, sehingga menyebabkan emosi yang dimiliki semakin menghilang, terkecuali pada keadaan tertentu karena tidak memiliki saudara yang mampu menjadi teman bertukar pikiran dan mencari penyelesaian dari masalah yang dihadapi.

Penelitian Hawkley & Capitanio (2015) menjelaskan bahwa individu yang memilliki tingkat kesepian yang tinggi, memiliki permasalahan secara psikologis

seperti kecemasan, masalah kesehatan serta depresi, juga bermasalah pada kesehatan secara fisik seperti kondisi kesehatan yang buruk, masalah tidur bahkan berisiko untuk mengalami kematian di usia muda. Maka dari itu, individu yang merasakan kesepian cenderung akan mencari sosok pengganti yang hilang untuk memperoleh rasa cinta, dorongan serta dukungan ketika dibutuhkan (Zilcha-Mano et.al, 2011).

Adanya emosi negatif yang dihasilkan oleh rasa kesepian, mendorong individu untuk menemukan cara menurunkan rasa kesepian, salah satunya dengan mencari figur kelekatan yang dapat digantikan dengan hewan peliharaan. Kelekatan secara emosional yang terjadi antara hewan peliharaan dengan manusia disebut dengan *pet attachment* (Imanina & Suminar, 2022). *Pet attachment* memberikan dampak atas hubungan sosial antara pemilik dan hewan peliharaannya, dan mampu meminimalkan faktor kesepian tersebut (Smolkovic, Fajfar & Mlinaric, 2012). Adanya ketakutan individu seperti kecemasan sosial, menyebabkan individu tertekan bahwa dirinya akan mendapatkan penolakan dan penilaian negatif dari orang lain, dengan demikian ikatan antara individu dengan peliharaannya mampu menambah rasa percaya diri yang muncul, sehingga menghasilkan emosi positif bagi individu tersebut (Nurlayli & Hidayati, 2014). Selain itu, Branson, et.al (2017) menyatakan dalam penelitiannya bahwa keterikatan pada hewan peliharaan memberikan kesenangan bersama dan dukungan emosional.

Selaras dengan hasil wawancara bersama F.R, yang menyatakan bahwa sebelum memiliki hewan peliharaan, F.R cenderung menjadi sosok pendiam dan kurangnya relasi sosial membuat F.R lebih canggung untuk bertemu orang baru. Perubahan ini terjadi ketika F.R memiliki hewan peliharaan yang mampu memberikan perasaan senang dan ceria layaknya memiliki sahabat sebagai tempat menuangkan rasa lelah dengan bercengkrama dengan hewan peliharaan, F.R tergabung dalam sebuah komunitas Sahabat Satwa Palembang yang mampu mengubah F.R menjadi lebih baik. Jika ilihat dari sisi psikologis, hewan peliharaan dianggap mampu untuk memberikan cinta tanpa syarat (Duma, 2022).

Menurut Hafizhah & Hamdan (2021) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecintaan terhadap hewan peliharaan seperti tempat tinggal, jenis kelamin pemilik hewan peliharaan dan waktu pemeliharaan. Hewan peliharaan juga dipandang sebagian orang sebagai bentuk dari dukungan sosial (Allen, et.al, 1991). Dalam penelitiannya, Blouin (2012) mengatakan bahwa hewan peliharaan tidak dinilai karena manfaat dan kegunaannya, tetapi karena hewan peliharaan mampu memberikan dukungan sosial dan emosional bagi pemilik hewan seperti yang biasa diberikan oleh orang terdekat, meskipun tidak identik dan dalam bentuk yang berbeda dengan apa yang dilakukan oleh manusia. Selain itu, dukungan sosial yang diterima individu berasal dari teman sebaya hingga lingkungan keluarga (Sarason, Pierce, & Sarason, 1990). Hal ini kembali ditegaskan oleh studi yang dilakukan oleh Zimet, et.al (1988) yang mengatakan bahwa dukungan sosial meliputi dukungan dari keluarga, teman dan dari orang yang dicintai, dan dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan yang sedang dihadapi. Hewan peliharaan memainkan peran penting sebagai salah satu bentuk sumbangsih terhadap dukungan sosial yang menguntungkan bagi pemiliknya (McConnell, et.al, 2011).

Penelitian yang mengamati keterkaitan antara dukungan sosial, *pet attachment* dan kesepian, diantaranya pada penelitian Duma (2022) menunjukkan bahwa *pet attachment* dan dukungan sosial mempengaruhi tingkat stress pada masa dewasa awal. Dukungan sosial menyumbang lebih banyak pengaruh terhadap *pet attachment* dengan hasil R=-0,354, R^2=0,125 dengan nilai signifikansi 0,001 ($p<0,05$) juga pada *pet attachment* bahwa hasil *pet attachment* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stress. Hal tersebut terjadi karena sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki tingkat kelekatan yang tinggi, sehingga hasilnya kurang optimal. Namun secara keseluruhan, ketiga variabel memiliki pengaruh yang berbeda antara satu variabel dengan variabel lainnya. Sebuah penelitian dari Batara & Kristianingsih (2020) menampakkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan kesepian narapidana yang berstatus dewasa awal lajang. Dengan tingkat persentase hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian sebanyak 12,8%, sedang

lebihnya sekitar 87,2% dipengaruhi oleh variabel yang lain. Pada penelitian Nurlayli & Hidayati (2014) menyebutkan bahwa didapatkan 72% mahasiswa yang memiliki hewan peliharaan mengalami kesepian dalam kategori rendah, namun masih dijumpai mahasiswa yang memiliki hewan peliharaan mendapati kesepian yang tinggi. Hal ini terjadi karena kondisi masing-masing individu yang berbeda menjadi tolok ukur kondisi kesepian meskipun subjek memiliki hewan peliharaan yang serupa.

Dari beberapa penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki kesamaan variabel yakni mengenai dukungan sosial, *pet attachment*, juga adanya variabel kesepian dan subjek dalam penelitian yakni dewasa awal. Namun terdapat perbedaan yang esensial antara penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya, yaitu fenomena pada penelitian Imanina dan Suminar (2022) yang dilakukan pada dewasa awal lajang yang merantau, dimana terjadi beberapa perubahan situasi yang memicu rasa kesepian yang bertambah karena kurang mendapatkan kelekatan figur dan jarang berkomunikasi dengan keluarga. Hal ini memberikan pembaruan pada penelitian saat ini, untuk menganalisis dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian pada dewasa awal lajang pada individu yang tergabung dalam komunitas. Seseorang dengan sistem dukungan sosial yang baik, cenderung memiliki tingkat kesepian yang rendah, begitupun sebaliknya.

Berdasarkan hal di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara *pet attachment* dan dukungan sosial terhadap kesepian pada dewasa awal, yang berarti kelekatan pada hewan peliharaan dan adanya dukungan sosial dapat mengurangi kesepian pada individu dewasa awal lajang. Peneliti tertarik untuk meninjau, apakah terdapat pengaruh yang signifikan pada rasa kesepian yang dialami oleh individu dewasa awal yang berstatus lajang. Variabel bebas serta bentuk populasi yang digunakan dalam penelitian ini menjadi suatu kebaruan dibanding penelitian sebelumnya. Adapun partisipan yang diperlukan yaitu partisipan yang tergabung dalam komunitas pecinta hewan SSP (Sahabat Satwa Palembang). Maka dari itu, penelitian ini berfokus pada pengaruh dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian pada dewasa awal yang berstatus lajang dalam komunitas Sahabat Satwa Palembang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis regresi linear berganda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh antara dukungan sosial dan *pet attachment* pada tingkat kesepian dewasa awal yang berstatus lajang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ialah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2017) *purposive sampling* ialah salah satu teknik pengambilan sampel yang digunakan untuk melakukan penelitian berdasarkan pertimbangan tertentu. Adapun karakteristik sebagai berikut : dewasa awal laki-laki dan perempuan berusia 18-40 tahun yang berstatus lajang, memiliki hewan peliharaan dan telah mengurus dan memelihara hewan peliharaannya lebih kurang 3 tahun. Sehingga didapati jumlah keseluruhan anggota komunitas Sahabat Satwa Palembang sebanyak 150 partisipan, sedangkan partisipan yang memenuhi karakteristik pada penelitian sebanyak 122 partisipan yang diperlukan terdiri dari 26 laki-laki dan 96 perempuan. Lokasi penelitian dilakukan pada komunitas pecinta hewan, SSP (Sahabat Satwa Palembang) di Kota Palembang melalui *google formulir* yang diisi oleh responden. Sebelum terlibat dalam penelitian, responden telah dimintai *informed consent*, kemudian data ditabulasi dan di analisis menggunakan program IBM SPSS Versi 26.

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel bebas yaitu dukungan sosial dan *pet attachment* dan kesepian sebagai variabel tergantung. Instrumen penelitian dalam penelitian ini menggunakan skala. Peneliti menggunakan alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur tingkat dukungan sosial pada dewasa awal yang telah diadaptasi oleh Sulistiani et.al (2022) yang dinyatakan valid dengan tingkat koefisien α = 0,850. Setelah itu peneliti menggunakan alat ukur *Pet Attachment Questionnare* (PAQ) untuk mengukur kelekatan individu dengan hewan peliharaan yang telah diadaptasi dan

dimodifikasi oleh (Fitriyana, 2014) dengan tingkat koefisien α = 0,857. Peneliti menggunakan alat ukur milik Rinaldi (2021) yang merupakan adaptasi skala *UCLA Loneliness Version Scale 3* dengan koefisien α = 0.854 untuk mengukur tingkat kesepian yang dialami individu. Instrumen penelitian ini disusun menggunakan skala Likert dengan alternatif pilihan jawaban bergerak dari 1 sampai 7. Skala ini memuat data deskriptif yang terdapat aitem *favorable* dan *unfavorable*.

HASIL

Analisis Deskriptif

Dukungan Sosial

Tabel 1. Statistik Deskriptif

Statistik Deskriptif

Variabel	Range	Min	Max	Mean	SD
Dukungan Sosial (X1)	72	12	84	48	12
Pet Attachment (X2)	132	22	154	88	22
Kesepian (Y)	60	20	80	50	10

Kategorisasi data pada penelitian dilakukan untuk melihat jumlah responden yang berada pada rentangan rendah, sedang dan tinggi pada variabel independen yaitu variabel dukungan sosial dan variabel *pet attachment*. Sedangkan untuk variabel dependen pada penelitian variabel kesepian dilakukan kategorisasi untuk melihat tingkat variabel kesepian individu.

Tabel 2. Norma Kategori

Norma Kategori

Rendah	X < (M-1*SD)
Sedang	(M-1*SD) ≥ X ≤ (M+1*SD)
Tinggi	x > (M+1*SD)

Berdasarkan pada tabel 1, maka ketentuan nilai kategori pada variabel dukungan sosial, *pet attachment* dan variabel kesepian dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 3. Deskriptif Kategori Variabel

Kategorisasi Variabel	Rendah		Sedang		Tinggi	
	Juml-ah	Persen-tase	Jum-lah	Persen-tase	Jum-lah	Persen-tase
Dukungan Sosial (X1)	8	6.6%	47	38.5%	67	54.5%
Pet Attachment (X2)	4	3.3%	49	40.2%	69	56.6%
Kesepian (Y)	17	13.9%	70	57.4%	35	28.7%

Berdasarkan pada tabel 3, didapat hasil bahwa responden yang memiliki kualitas dukungan sosial dengan kategori rendah 8 orang (6.6%), pada kategori sedang 47 orang (38.5%) dan kategori tinggi 67 orang (54.5%). Berdasarkan data, terlihat bahwa dewasa awal rata-rata memiliki kualitas dukungan sosial yang tinggi yakni sebanyak 54.5. Kemudian pada variabel *pet attachment* terlihat bahwa responden yang mendapat tingkat *pet attachment* dengan kategori rendah terdapat 4 orang (3.3%), dalam kategori sedang 49 orang (40.2%) dan kategori tinggi 69 orang (56.6%). Kemudian dari tabel 3 terlihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kesepian dengan kategori rendah 17 orang (13.9%) pada kategori sedang 70 orang (57.4%) dan kategori tinggi 35 orang (28.7%).

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Tabel 4. Uji Normalitas

Variabel	Kolomogorov-Smirnov Z	*p*	Ket.
Dukungan Sosial	0.070	.200[c,d]	Normal
Pet Attachment	0.082	.053[c]	Normal
Kesepian	0.075	.200[c,d]	Normal

Hasil uji normalitas diperoleh hasil untuk variabel dukungan sosial pada KS-Z sebesar 0.070 dengan nilai signifikansi 0.200 (p>0.05) yang menunjukkan bahwa variabel terdistribusi normal. Bagi variabel *pet attachment* didapati nilai KS-Z sebanyak 0.082 dan nilai signifikansi 0.53 (p>0.05) yang berarti bahwa variabel terdistribusi normal. Pada variabel kesepian ditemukan nilai KS-Z 0.75 dengan nilai signifikan sebesar 0.200 (p>0.05) sehingga variabel terdistribusi normal.

Uji Linearitas

Tabel 5. Uji Linearitas pada Dukungan Sosial

ANOVA Table

Variabel	F hitung	*p*
Dukungan Sosial (X1) - Kesepian (Y)	0.747	0.857
Pet Attachment (X2) - Kesepian (Y)	1.169	0.270

Hasil uji linearitas dengan menggunakan *deviation from linearity*, sehingga diperoleh F beda pada variabel dukungan sosial sejumlah 0.747 dan taraf signifikansi 0.857 (p>0.05) sehingga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear signifikan antar dukungan sosial dengan kesepian. Kemudian, hasil uji *pet attachment* dengan kesepian diperoleh F beda sebesar 1.169 atau p=0.270 (p>0.05). Hal ini menunjukkan bahwa variabel *pet attchment* dengan kesepian mendapati hubungan linear dan signifikan.

Uji Multikolinearitas

Tabel 6. Uji Multikolinearitas

Coefficients

Variabel	Tolerance	Statistic VIF
Dukungan Sosial (X1) – Kesepian (Y) Pet Attachment (X2) – Kesepian (Y)	0.937	1.068

Uji multikolinearitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan teknik regresi dan diperoleh skor *Tolerance* sejumlah 0.937 atau > 0.1 dan memiliki nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebanyak 1.068 yang berarti < 10, maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel bebas tidak adanya multikolinearitas.

Uji Hipotesis

Tabel 7. Uji T pada Dukungan Sosial dan *Pet Attachment*

Coefficients

Variabel	t	*p*
Dukungan Sosial (X1) terhadap Kesepian (Y)	-6.894	0.000
Pet Attachment (X2) terhadap Kesepian (Y)	-2.003	0.047

Hasil uji hipotesis pertama pada variabel dukungan sosial didapatkan nilai t sejumlah -6.894 dan besaran taraf signifikan sejumlah 0.000 (p<0.05) sehingga terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap kesepian. Kemudian hasil uji pada variabel *pet attachment* didapat nilai t sebesar -2.003 dengan taraf signifikansi sebesar 0.047 (p<0.05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel *pet attachment* terhadap kesepian.

Tabel 8. Uji F pada Dukungan Sosial dan *Pet Attachment*

ANOVA[a]

Variabel	F hitung	F tabel	*p*
Dukungan Sosial (X1) terhadap Kesepian (Y) Pet Attachment (X2) terhadap Kesepian (Y)	-14.803	3.07	.000

Dari hasil uji hipotesis kedua pada variabel dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian didapat nilai F hitung sebesar -14.803 dan p=0.000 (p<0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian dewasa awal yang berstatus lajang.

Tabel 9. Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.743[a]	0.551	0.544	5.36838

Dari hasil uji hipotesis ketiga pada variabel dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap variabel kesepian didapatkan hasil R square 0.551 (55.1%) sehingga menunjukkan bahwa secara simultan, terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap variabel kesepian sebesar 55.1% dan sekitar 44.9% sisanya dipengaruhi oleh variabel yang lain.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan, diperoleh hasil uji hipotesis yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara variabel dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap variabel kesepian. Penelitian ini dilakukan pada komunitas pecinta hewan di Kota Palembang, Hal ini dinyatakan dalam hasil uji f secara simultan pada variabel dukungan sosial dan variabel *pet attachment* sehingga didapat nilai f sebesar -14.803 dengan taraf signifikansi sebesar 0.000 (p<0.05), dengan demikian dapat diartikan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Dari penelitian yang dilakukan peneliti didapat hasil yang menunjukkan terdapat pengaruh negatif atau terbalik antar dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian artinya semakin tinggi kualitas dukungan sosial dan *pet attachment* maka semakin rendah tingkat kesepian dewasa awal yang berstatus lajang.

Dilihat dari status tempat tinggalnya, didominasi oleh dewasa awal yang memilih tinggal bersama orang tua sebanyak 79.5%, sedangkan dewasa awal yang memilih untuk tinggal indekos sebanyak 18%, dan yang memiliih tinggal dengan keluarga lain sebanyak 2.5%. Sehingga, menunjukkan bahwa dewasa awal memperoleh dukungan sosial yang baik dari keluarga. Selaras dengan pendapat Batara & Kristianingsih (2020) yang mengatakan bahwa keluarga ialah salah satu dukungan sosio emosional yang mampu memberikan rasa cinta, perhatian dan empati. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa 8 orang memiliki dukungan sosial rendah (6.6%). 47 orang dewasa awal memiliki dukungan sosial sedang (38.5%) dan 67 orang dewasa awal memiliki dukungan sosial tinggi (54.5%).

Pada penelitian ini didominasi oleh perempuan sebanyak 96 orang dan laki-laki sebanyak 26 orang dengan kisaran lama

pemeliharaan hewan kucing yang bervariasi dari < 1 tahun sebanyak 19.7%, 1-2 tahun sebanyak 14.8% dan > 2 tahun sebesar 65.6%. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa 4 orang memiliki kualitas *pet attachment* rendah (3.3%), lalu sebanyak 49 orang memiliki kualitas *pet attachment* sedang (40.2%), sedangkan 69 orang lainnya memiliki kualitas *pet attchment* yang tinggi (56.6%). Hal ini sesuai dengan pendapat Juliadilla & Hastuti H (2019) yang menyatakan bahwa kedekatan dengan peliharaan dijelaskan berhasil apabila adanya *feedback* yang positif dari peliharaan yang dimiliki, dengan adanya fungsi rasa nyaman dan aman menjadi dasar untuk terbentuknya sebuah kelekatan (Budinegara, 2018).

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa 17 orang dewasa awal memiliki tingkat kesepian rendah (13.9%), kemudian sebanyak 70 orang memiliki tingkat kesepian sedang (57.4%), sedangkan 35 orang lainnya memiliki tingkat kesepian tinggi (28.7%). Dapat disimpulkan bahwa dewasa awal yang mendapat tingkat kesepian tinggi berjumlah lebih sedikit dibandingkan tingkat kesepian sedang, hal ini disebabkan oleh faktor lain yang menyebabkan perbedaan tingkat kesepian yakni pengaruh media sosial, menurut Imanina & Suminar (2022) media sosial banyak digunakan untuk mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan sehingga menimbukan individu cenderung memilih untuk melakukan interaksi melalui media sosial. Menurut Lim et.al (2020) kesepian dapat terjadi disebabkan karena kondisi kesehatan seperti mental, fisik dan kognitifnya, serta demografi individu seperti usia, ekonomi, kemudian lingkungan sosialnya, lingkungan sosial ini terkait dengan bentuk komunikasi, tempat kerja, rekan sebaya. Dalam hal ini nyatanya karakteristik latar belakang tiap individu dan status sosial menjadi faktor lain penyebab timbulnya kesepian (Imanina & Suminar, 2022).

Adapun hasil dari penelitian yang dilakukan ialah hipotesis pertama diterima, yang artinya terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kesepian pada dewasa awal lajang. Kemudian hipotesis kedua diterima, yang menunjukkan bahwa secara simultan variabel dukungan sosial dan *pet attachment* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap variabel kesepian pada dewasa awal yang berstatus lajang. Hipotesis ketiga diterima yang dinyatakan pada variabel dukungan sosial dan *pet attachment* yang memiliki besaran R square 0.551 (55.1%) terhadap kesepian. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian, lalu sebesar 44.9% sisanya dipengaruhi oleh media sosial dan perkembangan relasi individu dewasa awal. Menurut Imanina & Suminar (2022) dewasa awal merupakan masa dimana individu untuk bertemu orang baru sehingga keinginan untuk membangun relasi yang luas serta mencari jenjang karir dan pasangan, sehingga hal ini dapat mempengaruhi pola kelekatan individu dengan hewan peliharaan. Selain itu, jika dilihat dari segi psikologis, faktor lain yang mempengaruhi kesepian adalah gender. Menurut Octaviany (2019) wanita lebih banyak merasakan kesepian dibandingkan dengan laki-laki, karena biasanya wanita memiliki kecenderungan membangun pemikiran yang berpusat pada orientasi relasi sosial yang lebih kuat dibandingkan laki-laki yang menampilkan sisi maskulinitas sehingga membuatnya kesulitan menunjukkan sisi lemah, salah satunya pada perasaan kesepian.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap dewasa awal lajang pada komunitas pecinta hewan memiliki tingginya dukungan sosial ini dapat terjadi karena sebagian dari dewasa awal lajang memiliki kualitas hubungan sosial yang baik dan mampu beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini disebabkan karena adanya komunitas, individu dewasa awal lajang memiliki kesempatan untuk mengatasi rasa kesepian yang dimiliki. Hal ini selaras dengan pendapat Purnamasari et.al (2019) yang mengatakan bahwa komunitas mampu memenuhi kebutuhan dukungan sosial, baik dalam sisi informasi maupun emosi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya dukungan sosial yang didapat dari anggota kelompok yang berada dalam komunitas menimbulkan rasa empati yang kuat dalam komunitas dan mampu terjalinnya rasa tolong menolong, sedangkan sebagian dukungan sosial lainnya diberikan dari masing-masing keluarga seperti dukungan motivasi dalam hal nasihat, merasa dihargai dan adanya rasa disayang sehingga memberi dampak pada rasa percaya diri yang

meningkat, dan individu mampu untuk mengekspresikan perasaannya secara terbuka.

Kepemilikan hewan peliharaan juga berpengaruh karena adanya manfaat yang diberikan oleh peliharaan kepada pemiliknya. Adaya dukungan sosial yang ditawarkan dari dukungan eksternal menjadikan persahabatan antara pemilik dan hewan peliharaan memiliki kedekatan yang lebih, terdapat kesenangan dalam berinteraksi dengan hewan dan mampu merelaksasi diri seperti mengurangi stress, kecemasan dan rasa kesepian yang dimiliki. Kemudian pendapat ini dikuatkan oleh Juliadilla & Hastuti (2019) bahwa kegiatan berinteraksi bersama peliharaan mampu memberikan perasaan berenergi bahwa individu mampu melakukan sesuatu yang berguna seperti halnya menjadikan individu berharga dan memiliki tanggung jawab untuk mengurus dan menjaga peliharaannya. Hubungan intim yang terjadi dalam hubungan iterpersonal antara manusia dan hewan peliharaan. Menurut Nurlayli & Hidayati (2014) kelekatan emosional yang dihasilkan ialah berbagi perasaan afeksi, rasa cinta dan mendapatkan rasa aman karena adannya saling ketergantungan antara individu dengan hewan peliharaan.

Dalam hal ini, variabel dukungan sosial dan *pet attachment* mendapati pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kesepian. yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 55.1%, sehingga menunjukkan bahwa dukungan sosial dari komunitas, keluarga serta adanya hewan peliharaan memberikan dampak positif bagi pemilik peliharaan terutama pada rasa kesepian yang individu rasakan. Tetapi, tidak semua pemilik peliharaan mampu memperoleh manfaat tersebut. Terlihat konstribusi parsial dalam penelitian pada variabel *pet attachment* yang menunjukkan nilai R square 0.19, yang berarti pengaruh *pet attachment* yang ditimbulkan terhadap kesepian sebesar 19%. Individu yang mempunyai kelekatan yang tinggi pada peliharaannya cenderung memiliki kesempatan untuk mendapatkan dampak positif tersebut (Li et.al, 2017). Berinteraksi dengan peliharaan tentu memerlukan komitmen untuk selalu merawat peliharaannya agar mendapatkan dampak positif dari hewan peliharaan.

Sedangkan kontribusi pada variabel dukungan sosial terhadap kesepian didapat hasil sebanyak 0.506 atau sekitar 50.6% sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya interaksi dengan teman sebaya, keluarga dan komunitas menjadi salah satu sumber keuntungan dalam menghadapi masa-masa sulit. Melalui dukungan seperti adanya rasa penerimaan, saling menghargai dan saling mengerti satu sama lain menjadikan dukungan sosial sebagai salah satu sumber terpenting untuk mengeluarkan perasaan emosional individu saat menghadapi permasalahan seperti halnya ikut serta dalam kegiatan positif komunitas dan berbagi cerita atau pengalaman pada individu lain dalam komuntas yang sama.

Diantara besarnya pengaruh secara simultan antara dukungan sosial dan *pet attachment* terhadap kesepian memiliki sisa 44.9% yang dipengaruhi variabel lain diluar daripada dukungan sosial dan *pet attachment*. Faktor lain yang mampu mempengaruhi variabel kesepian adalah jenis kelamin, selaras dengan pendapat Septiningsih & Na'imah (2010) bahwa laki-laki cenderung kurang untuk merasakan kesepian daripada perempuan, hal ini karena laki-laki dapat beradaptasi dan merealisikan diri terhadap lingkungan baru dengan mudah. Menurut Santrock (2011) hal ini terjadi karena fase individu dewasa awal ialah fase dimana individu dewasa awal mendapati dirinya pada masa perpindahan dari remaja yang mengarah pada masa dewasa yang memiliki tugas perkembangan untuk bereksperimen dan mengeksplor hal-hal yang baru, sehingga terdapat keinginan untuk membangun hubungan kedekatan yang lebih luas dari sebelumnya, hal ini juga menjadikan tingkat kelekatan pemilik dengan hewan peliharaan dipengaruhi beberapa faktor yaitu adanya perbedaan usia, ekonomi, pendidikan hingga cara individu dalam menampik rasa kesepian yang dimiliki saat bermain sosial media.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang didapatkan maka diperoleh informasi bahwa antara variabel dukungan sosial dan *pet attachment* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap variabel kesepian. Penelitian ini dilakukan dalam komunitas pecinta hewan di Kota Palembang. Dari penelitian yang dilakukan peneliti terdapat pengaruh negatif atau terbalik antara dukungan sosial dan *pet*

attachment terhadap kesepian artinya semakin tinggi kualitas dukungan sosial dan *pet attachment* maka semakin rendah tingkat kesepian dewasa awal yang berstatus lajang.

Adapun beberapa pertimbangan yang dilakukan untuk mempertahankan tingkat dukungan sosial yang cukup baik ialah dengan terus menjaga hubungan interpersonal dengan teman sebaya, pasangan dan orang tua ataupun rekan sejawat dalam komunitas pecinta hewan kucing pada khususnya. Selain itu, cara mempertahankan tingkat kesepian yang sudah cukup baik yaitu dengan melakukan berbagai kegiatan positif yang mampu memberikan energi positif, mampu menyesuaikan diri dan menerima kondisi lajang sehingga individu dewasa awal dapat membangun interaksi sosial yang baik.

Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dari sudut pandang lain dengan mempertimbangkan psikologis dewasa awal lajang terhadap penggunaannya dalam media sosial. Tidak dapat dipungkiri seiring berjalannya waktu, individu yang merasa kesepian cenderung akan memilih untuk berinteraksi secara tidak langsung atau *via online*. Menurut Haliza et.al (2021) kebutuhan bermedia sosial seperti Whatsapp, Instagram dan media sosial lainnya yang mampu memfasilitasi kebutuhan intimasi seseorang untuk berinteraksi. Selain itu, dapat juga dibandingkan dengan jenis dan peliharaan lainnya yang memiliki pengaruh signifikan terhadap rasa kesepian itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

Allen, K. M., Blascovich, J., Tomaka, J., & Kelsey, R. M. (1991). Presence of Human Friends and Pet Dogs as Moderators of Autonomic responses to Stress in Women. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(4), 582–589. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.4.582

Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Narapidana Dewasa Awal Lajang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, *20*(1), 187. https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i1.797

Blouin, D. D. (2012). Understanding Relations between People and their Pets: Pet Ownership in American Society. *Sociology Compass*, *6*(11), 856–869. https://doi.org/10.1111/j.1751-9020.2012.00494.x

Bradley, C. L. (1997). Generativity–Stagnation: Development of a Status Model. *Developmental Review*, *17*(3), 262–290. https://doi.org/10.1006/drev.1997.0432

Branson, S., Boss, L., Cron, S., & Turner, D. (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.org/10.22543/7674.41.P3848

Budinegara, S. (2018). Kasih Tak Bersyarat: Konstruk Pemaknaan Hubungan Manusia-Anjing Peliharaan. *Calyptra, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, *7*(1), 2554–2570.

Fitriyana, R. N. (2014). Orientasi Kelekatan dan Reaksi Duka Cita Akibat Kematian Hewan Peliharaan. *Jurnal Online Psikologi*, *2*(2), 203–222.

Gavriela Kara Duma, T. (2022). Pengaruh Pet Attachment Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pada Dewasa Awal Selama Pandemi Covid-19. *Berajah Journal*, *2*(2), 337–346. https://doi.org/10.47353/bj.v2i2.98

Groarke, J. M., Berry, E., Graham-Wisener, L., McKenna-Plumley, P. E., McGlinchey, E., & Armour, C. (2020). Loneliness in the UK during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional results from the COVID-19 Psychological Wellbeing Study. *PLOS ONE*, *15*(9), e0239698. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239698

Hafizhah, D. N., & Hamdan, S. R. (2021). *Hubungan Pet Attachment dengan Psychological Well-Being pada Pemelihara Kucing Kota Bandung*. *7*(1), 5.

Haliza, N., Kurniawan, A., Psikologi, F., Airlangga, U., & Timur, J. (2021). *Hubungan antara keterbukaan diri*

dengan kesepian pada dewasa awal. 1(1), 51–61.

Hammond. (t.t.). Lima Temuan Terbaru Tentang Kesepian. *BBC News Indonesia*. https://www.bbc.com/indonesia/vert-fut-45717774

Hawkley, L. C., & Capitanio, J. P. (2015). Perceived social isolation, evolutionary fitness and health outcomes: A lifespan approach. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *370*(1669), 20140114. https://doi.org/10.1098/rstb.2014.0114

Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Erlangga.

Imanina, F. N., & Suminar, D. R. (2022). Hubungan antara Pet Attachment dengan Kesepian pada Dewasa Awal Lajang yang Merantau. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, *2*(1), 315–323. https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31967

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

Li, L. W., Yusof, H., Zakaria, N., & Ali, A. (2017). Health and Nutritional Status among Pet Owners and Non-Pet Owners in Kuala Lumpur. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, *22*(2), 104–112. https://doi.org/10.9790/0837-220201104112

Lim, M. H., Eres, R., & Vasan, S. (2020). Understanding loneliness in the twenty-first century: An update on correlates, risk factors, and potential solutions. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *55*(7), 793–810. https://doi.org/10.1007/s00127-020-01889-7

McConnell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayton, L. E., & Martin, C. E. (2011). *Friends With Benefits: On the Positive Consequences of Pet Ownership*.

Mental Health Fondation. (2010). *The lonely society?* Mental Health Fondation.

Nurlayli, R. K., & Hidayati, D. S. (2014). *KESEPIAN PEMILIK HEWAN PELIHARAAN YANG TINGGAL TERPISAH DARI KELUARGA*. *02*.

Octaviany, C. (2019). Dinamika Kesepian pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnlal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, *8*(1), 20.

Purnamasari, O., Muljono, P., Seminar, K. B., & Briawan, D. (2019). Komunitas virtual sebagai bentuk dukungan sosial bagi orang tua yang memiliki anak dengan gangguan spektrum autisme. *Jurnal PIKOM (Penelitian Komunikasi dan Pembangunan)*, *20*(2), 123. https://doi.org/10.31346/jpikom.v20i2.2180

Puteri, M., & Wangid, M. N. (2018). Hubungan antara Kelekatan dengan Interaksi Sosial pada Siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *6*(2), 84. https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v6i2.9439

Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, *11*(3), 267. https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267-277

Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *American Psychological Association*, *39*(4), 472–480.

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span development: Thirteenth edition*. McGraw-Hill.

Sarason, I. G., Pierce, & Sarason, B. R. (1990). *Social Support and Interactional Processes: A Triadic Hypothesis*. *7*(4), 495–506. https://doi.org/doi:10.1177/0265407590074006

Septiningsih, D. S., & Na'imah, T. (2010). *Kesepian pada lanjut usia: Studi tentang bentuk, faktor pencetus dan strategi koping*.

Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). *Attachment to pets and*

interpersonal relationships: (537242013-003) [dataset]. American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/e537242013-003

Sugiyono. (2017). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.

Sulistiani, W., Fajrianthi, F., & Kristiana, I. F. (2022). Validation of the Indonesian Version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): A Rasch Model Approach. *Jurnal Psikologi*, *21*(1), 89–103. https://doi.org/10.14710/jp.21.1.89-103

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation.* (Cambridge, MA). The MIT Press.

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

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, *52*(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2