

KESEPIAN PEMILIK HEWAN PELIHARAAN YANG TINGGAL TERPISAH DARI KELUARGA

Rizqi Khoirunnisa Nurlayli & Diana Savitri Hidayati
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
dhi2savitri@gmail.com

Kesepian merupakan fenomena yang sering terjadi pada manusia namun memiliki dampak buruk bagi kesejahteraan hidup. Mahasiswa pada tahap perkembangan dewasa awal rentan mengalami kesepian jika tidak mampu menyelesaikan tugas perkembangannya yaitu membangun hubungan dekat (intim) dan membangun afiliasi. Peluang itu bertambah pada mahasiswa yang harus berpisah dengan keluarganya. Melihat manfaat aktivitas memelihara hewan dari beberapa penelitian dan perkembangan ketertarikan masyarakat untuk memelihara hewan yang semakin meningkat, penelitian ini mencoba untuk melihat gambaran kesepian pada mahasiswa pemilik hewan peliharaan yang tinggal terpisah dengan keluarga. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif dengan menggunakan *Revised University of California, Los Angeles Loneliness Scale (R-UCLA Loneliness Scale)*. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 50 mahasiswa pemilik hewan peliharaan dan tinggal terpisah dengan keluarga. Hasil penelitian ini menggambarkan 36 orang mengalami kesepian pada kategori rendah dan 14 orang mengalami kesepian pada kategori tinggi.

Katakunci: Kesepian, hewan peliharaan

Loneliness is a phenomenon often occurs in humans. It has negative effects on welfare. Students in the early stages of adult development are to build close relationships (intimate) and build affiliations that make susceptible to loneliness if they cannot able to complete the task of development. The susceptibility increases by being apart of family during adult development. Many researchs showed that public interest in raising pet inclined. This research was aimed to describe loneliness feature of students who raising pet and living apart from their family. This was qualitative and descriptive research and used Revised University of California, Los Angeles Loneliness Scale (R-UCLA Loneliness Scale). It involved 50 students who raising pet and living apart from their family. Here we showed that 36 students experienced low categoric loneliness while 14 students had high category.

Keywords: Loneliness, pet

Kesepian adalah suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan lebih tidak memuaskan daripada yang diinginkan orang tersebut (Baron & Byrne, 2005). Kesepian merupakan pengalaman tidak menyenangkan dimana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan (Peplau & Perlman, 1998). Kesepian perlu ditangani karena jika tidak diatasi bisa menyebabkan perilaku negatif seperti yang dinyatakan Caciopo & Patrick (2010) bahwa kesepian berhubungan dengan penyalahgunaan obat dan *bulimia nervosa* serta rendahnya *self esteem* dan hanya mengharapkan kepuasan instan.

Kesepian dirasakan oleh semua orang tanpa batasan usia dan status ekonomi. Hal tersebut terbukti melalui penelitian di daerah yang memiliki laju perekonomian yang baik yaitu Amerika dan Inggris, dalam majalah *Psychology Today* ditemukan bahwa 50% dari 40.000 orang dengan berbagai kelompok usia 18 tahun hingga 54 tahun yang diteliti melaporkan bahwa mereka kadang-kadang atau sering kali mengalami kesepian (Burns, 1988) dan dalam survey *loneliness* yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation* di Inggris pada Mei tahun 2010, dari 2256 orang ditemukan 24% populasi yang merasakan kesepian, sampel dengan umur 18-34 tahun lebih merasakan kesepian daripada sampel yang berumur di atas 55 tahun (perbandingannya hingga 17%) (Mental Health Foundation, 2010).

Banyak hal yang menyebabkan seseorang jatuh dalam kesepian. Salah satu penyebab kesepian adalah kondisi di mana harus tinggal jauh dari keluarga. Hal tersebut dijelaskan oleh Lake (1986) dalam bukunya bahwa orang yang bekerja jauh dari rumah terpisah dengan keluarga dan teman-teman mengatakan ini sebagai penyebab kesepian mereka. Hal lain yang dirasa menjadi salah satu faktor penyebab kesepian adalah masalah perpindahan. Baron & Byrne (2005) menyebutkan bahwa perpindahan ke lokasi baru dapat menimbulkan kesepian.

Pindah ke tempat baru dan terpisah dari keluarga terkadang perlu dilakukan oleh mahasiswa dalam menempuh pendidikan. Mahasiswa yang sebagian besar berada pada masa perkembangan remaja akhir dan dewasa awal sangat rentan mengalami kesepian. Hal itu dapat dilihat dari tugas perkembangan kepribadian menurut Erickson (Alwisol, 2009) bahwa remaja dengan kematangan alat reproduksi mulai merasakan ketertarikan untuk membangun keakraban (*intimacy*) dengan orang lain. Remaja akhir mulai menyiapkan diri untuk menuju tahap perkembangan selanjutnya yaitu dewasa awal. Dalam hal ini remaja akhir mulai merasakan apa yang dirasakan pada tahap dewasa awal yaitu keakraban yang stabil. Ini menunjukkan bahwa masa perkembangan dalam tahap awal dewasa sangat membutuhkan keakraban karena jika gagal maka individu tersebut akan mengalami isolasi dan merasa kesepian. Selain itu, hal yang perlu dipenuhi dalam tahap perkembangan ini adalah mengembangkan afiliasi, dimana afiliasi mendorong orang untuk berbagi dengan orang lain salah satunya dengan lingkungannya.

Kegagalan membangun intimasi dan afiliasi dapat dialami oleh mahasiswa yang pindah ke tempat baru dan terpisah dari keluarga sehingga menyebabkan kesepian. Namun penelitian yang dilakukan oleh Yuhana (2010) pada mahasiswa di salah satu universitas di Indonesia yang tinggal di tempat kos menemukan bahwa mahasiswa yang menjadi subjek penelitian memiliki tingkat kesepian yang berada pada rata-rata bawah. Akan

tetapi penelitian tersebut belum mempertimbangkan frekuensi subjek bertemu dengan keluarganya dan daerah asal subjek karena hal tersebut juga dapat mempengaruhi kesepian seseorang.

Beberapa mahasiswa tinggal di tempat baru dengan membawa hewan peliharaan. Aktivitas memelihara hewan bukan hanya sekedar hobi yang tidak bermanfaat. Banyak manfaat yang didapatkan dari aktivitas tersebut. Berbagai penelitian telah menemukan bahwa hewan peliharaan memiliki manfaat yang beragam seperti kesehatan fisiologis maupun psikologis. Lewis *et al* (2009) menemukan memelihara anjing secara signifikan meningkatkan kualitas hidup dalam aspek fisik. Sedangkan memelihara kucing dan selain anjing dapat meningkatkan kualitas sosial. Pendapat ini diperkuat oleh McConnell *et al* (2011) yang meneliti *well being* antara pemilik hewan peliharaan dan yang tidak memiliki hewan peliharaan. Aspek *well being* terdiri dari aspek depresi, kesepian, *self esteem*, gejala penyakit fisik, *subjective happiness*, dan *exercise & physical fitness*. Dalam penelitian itu terbukti bahwa orang yang memiliki hewan peliharaan memiliki *self-esteem*, *subjective well being*, dan *exercise & physical fitness* yang lebih baik daripada yang tidak memiliki hewan peliharaan. Sebaliknya, pada orang yang tidak memiliki hewan peliharaan telah ditemukan bahwa mereka lebih mudah mengalami depresi, kesepian, dan memiliki kemungkinan mengalami gejala penyakit fisik lebih tinggi.

Manfaat memelihara hewan juga diungkap oleh Zimolag dan Krupa (2009), mereka menyatakan memelihara hewan dapat dijadikan terapi pada orang dengan penyakit mental serius. Orang yang memiliki hewan peliharaan mendapat skor lebih tinggi pada keterikatan terhadap aktivitas yang berarti daripada yang tidak memiliki hewan peliharaan (Zimolag & Krupa, 2009). Menurut Setianingrum (2012) dengan melakukan aktivitas memelihara hewan, seseorang dapat mendapatkan tiga manfaat, yaitu: (1) membantu untuk memulihkan kesehatan dengan cara menerapkan gaya hidup sehat seperti mengajak jalan-jalan ataupun bermain, (2) membantu mengatasi stres dengan menganggap hewan sebagai hiburan dan teman bermain, (3) bersosialisasi dengan lingkungan dan orang-orang baru seperti saat memandikan hewan maupun membawanya berjalan-jalan.

Berbagai penelitian tersebut telah menunjukkan manfaat yang ditimbulkan ketika seseorang memiliki hewan peliharaan. Compton (2005) mengategorikan hewan peliharaan sebagai salah satu *social support* yang dapat meningkatkan kesehatan. Ada berbagai macam hewan yang dapat dipelihara. Umumnya masyarakat memilih kucing, anjing, kelinci, ular, burung, dan ikan untuk dijadikan hewan kesayangan. Beberapa orang yang memelihara hewan yang sama terkadang bergabung membentuk komunitas pecinta hewan tertentu seperti komunitas pecinta kucing. Komunitas ini bisa memilih ras kucing yang sesuai dengan keinginannya, contohnya kucing jenis *Persia* yang memiliki rambut yang panjang, dan kaki pendek. Jika ada pecinta kucing yang tidak menyukai kucing berambut panjang maka dapat memelihara kucing dengan ras *Spinx* yang memiliki rambut jarang dan sangat pendek.

Di Indonesia, survey pada *World Society for the Protection of Animal* (WSPA) pada tahun 2007 menunjukkan jumlah populasi hewan peliharaan dengan jenis anjing sebesar 8 juta dan populasi jenis kucing sebesar 15 juta. Perkembangan dari populasi anjing selama kurang lebih 5 tahun meningkat sebesar 22% (peringkat 9 dari 58 negara) dan

pada populasi kucing bertambah sebesar 66% (peringkat 2 dari 58 negara) (Batson, 2008).

Hasil survey tersebut menunjukkan betapa pesatnya perkembangan minat memelihara hewan di Indonesia. Perkembangan ini sejalan dengan munculnya komunitas dan yayasan yang bergerak dalam hal pemeliharaan hewan di Indonesia, seperti *Indonesian Cat Association* (ICA) dan Ikatan Pecinta Reptil dan Amfibi Indonesia (IPRAI) yang berada dalam tingkat nasional hingga komunitas lokal seperti *Malang Cat Lover* (MCL) di Malang dan Komunitas Pecinta Kucing (KPK) di Surabaya. Searah dengan munculnya berbagai komunitas di Indonesia, perhatian terhadap hewan peliharaan pun semakin beragam, seperti seminar untuk menambah pengetahuan mengenai hewan peliharaan tersebut hingga lomba-lomba untuk memenuhi eksistensi *pet owner* bersama dengan hewan peliharaan.

Dari uraian tersebut memunculkan rumusan masalah bahwa seseorang yang memiliki hewan peliharaan (*pet owner*) memiliki tingkat kesepian (*loneliness*) yang rendah. Adanya *social support* oleh hewan tentu menjadi salah satu gambaran alternatif untuk mengurangi rasa kesepian. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat gambaran *loneliness* pada mahasiswa pemilik hewan peliharaan yang tinggal terpisah dengan keluarganya.

Tujuan dari penelitian adalah untuk melihat gambaran kesepian yang dialami mahasiswa pemilik hewan peliharaan yang tinggal terpisah dengan keluarga. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi tambahan kajian ilmu psikologi karena kajian mengenai hewan peliharaan belum banyak dikaji secara mendalam melalui penelitian ilmiah di Indonesia. Manfaat secara praktis dapat menjadi referensi dan alternatif solusi dalam penanganan masalah kesepian.

Kesepian

Kesepian adalah suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan lebih tidak memuaskan daripada yang diinginkan orang tersebut (Baron & Byrne, 2005; Perlman, & Peplau, 1982). Jadi dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah reaksi emosional dan kognitif terhadap pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dari penurunan kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang signifikan.

Jenis kesepian sendiri menurut Weiss terbagi menjadi dua yaitu: (a) *Emotional Loneliness*, berasal dari tidak adanya pendekatan emosional yang timbul pada hubungan intim. Kehilangan, perceraian, atau kekosongan dalam pernikahan adalah antiseden bentuk dari jenis kesepian ini. Gejala dari jenis kesepian ini termasuk kecemasan, rasa kesepian yang kacau, kewaspadaan pada ancaman, dan kecenderungan untuk salah mengartikan permusuhan atau maksud kasih sayang pada orang lain. (b) *Social Loneliness*, berasal dari tidak adanya kecukupan hubungan sosial. Pindah, kehilangan pekerjaan, dan tidak memiliki organisasi komunitas adalah antiseden bentuk dari jenis kesepian ini. Perasaan bosan, resah, dan orang yang tidak berguna. (Perlman & Peplau, 1998).

Lake (1980) menyusun tiga tahapan kesepian, yaitu: (1) keadaan yang membuat seseorang memutuskan hubungannya dengan orang-orang lainnya sehingga ia akan

kehilangan hal-hal yang menunjukkan bahwa ia disukai, dicintai, atau diperhatikan orang lain. Contohnya adalah kehilangan perasaan memiliki (*belonging*), (2) hilangnya kepercayaan diri dan kepercayaan pada orang lain, tidak dapat menerima dan member perilaku yang istimewa (menentramkan) mengenai harga diri atau nilai diri, sehingga semua perilaku tidak berarti. Contohnya adalah sulit tersenyum sehingga jika tersenyum terlihat memaksa, (3) menjadi apatis, secara serius memutuskan bahwa tak seorangpun peduli sama sekali akan apa yang terjadi pada mereka dan tidak pernah ada. Hal ini seringkali menimbulkan keinginan bunuh diri.

Hubungan Manusia dengan Hewan

Dukungan sosial (*social support*) erat kaitannya dengan kebutuhan sosial (*social need*). Kebutuhan sosial menjadi salah satu bagian dari hirarki kebutuhan Maslow, yaitu *belonging and love*. *Belonging and love* adalah kebutuhan menjadi bagian dari kelompok sosial dan cinta (Alwisol, 2009). Sumber dukungan sosial yang berpengaruh dalam kebutuhan ini adalah keluarga, sahabat, teman, pasangan, komunitas sosial dan banyak lagi. Jika kebutuhan ini terhambat maka dapat menyebabkan kesepian, depresi, dan kecemasan.

Penelitian dari McConnel *et al* (2011) menguji 2 hipotesis mengenai hubungan manusia dan hewan, yaitu: (1) *complement hypothesis* bahwa hewan peliharaan mampu melengkapi sumber dukungan sosial bagi manusia dengan memberikan kontribusi unik diluar yang diberikan manusia, bahkan mampu berkontribusi lebih dari apa yang diberikan oleh manusia. Hal ini bukan berarti bahwa saat sumber dukungan sosial dari manusia kurang, maka sumber dukungan sosial dari hewan peliharaan dapat menggantikannya, (2) *hydraulic hypothesis* bahwa hubungan manusia dengan hewan peliharaan akan lebih berarti (erat) ketika dukungan sosial dari manusia berkurang atau sebaliknya (saat dukungan sosial dari manusia baik maka dukungan dari hewan peliharaan akan kurang berarti).

Green, Mathews, & Foster (2009) merangkum beberapa perkembangan dan pemeliharaan hubungan interpersonal yang muncul pada hubungan manusia dan hewan:

1. *Risk of Rejection* (Risiko Penolakan)

Meskipun penolakan interpersonal yang umumnya dikaitkan dengan hubungan romantis, pengucilan sosial juga terjadi antara teman-teman dan orang yang dikenal, hal itu memiliki konsekuensi psikologis yang kuat, termasuk perilaku agresif dan merugikan diri sendiri (Twenge, Baumeister, Tice, & Stucke, 2001; Twenge, Catanese, & Baumeister, 2002). Beberapa orang mungkin ragu-ragu untuk memulai persahabatan atau hubungan romantis karena takut mengalami penolakan, tetapi ketika membangun hubungan dengan hewan, individu hampir tidak akan mengalami resiko penolakan.

2. *Fear of Evaluation* (Ketakutan Menerima Evaluasi)

Kecemasan sosial adalah tekanan yang dirasakan ketika seseorang merasakan bahwa dia akan menerima evaluasi negatif dari orang lain (Feiningstein, Scheire, & Buss, 1975, Leary, 1983), dan berhubungan dengan hipersensitivitas terhadap situasi sosial dan penyajian diri sebagai non-konfrontatif. Memiliki peliharaan dapat meningkatkan rasa percaya diri seseorang dalam interaksi sosial, termasuk

kesempatan bertemu dengan orang-orang yang mempunyai peliharaan seperti pelatihan perilaku hewan (hewan peliharaan) atau ketika ada acaraberkumpul sesama pemilik peliharaan, kondisi tersebut tidak dirasa kondisi yang mengancam karena mereka berfokus pada hewan peliharaan.

3. *Choice and the Selection of Partner Characteristics* (Pilihan dan Pemilihan Karakteristik Partner)

Pilihan hewan peliharaan relatif tidak dibatasi, terutama bila dibandingkan dengan hubungan manusia yang harus bernegosiasi. Selain itu, individu dapat memilih spesies yang mereka inginkan berdasarkan jumlah perawatan yang diperlukan, dan bahkan dapat memilih karakteristik spesifik yang mereka inginkan pada teman hewannya. Setiap jenis hewan memiliki tempramen dan karakteristik yang berbeda-beda. Dengan demikian, hewan umumnya lebih mudah diprediksi daripada manusia. Hubungan dengan hewan peliharaan dapat dikatakan, "apa yang Anda lihat adalah apa yang Anda dapatkan" tidak seperti berhubungan dengan manusia yang cenderung berhadapan dengan ketidakpastian.

Hubungan intim juga terjadi dalam proses hubungan interpersonal antara hewan peliharaan dan manusia. Hubungan intim yang ideal menurut Brehm & Kassin (Dayakisni & Hudaniah, 2009) memiliki komponen: (1) kelekatan emosional, perasaan afeksi & cinta, (2) pemenuhan kebutuhan-kebutuhan psikologis dari partner (pasangannya), seperti berbagi perasaan dan mendapatkan jaminan rasa aman, (3) Saling ketergantungan diantara individu-individu, masing-masing membawa pengaruh yang bertahan lama dan berarti.

Pet Athropomorphisme menjadi salah satu istilah yang mewakili kelekatan antara manusia dan hewan peliharaan. *Pet Athropomorphisme* didefinisikan sebagai atribusi dari keadaan mental manusia (pikiran, perasaan, motivasi dan kepercayaan) pada hewan, sifat ini hampir dimiliki oleh semua pemilik hewan peliharaan (Serpell, 2003). Dalam penelitian Serpell (2003) yang berjudul *In the company of animals* dijelaskan bahwa kebanyakan pemilik hewan peliharaan percaya bahwa hewan peliharaan mereka benar-benar "cinta" atau "mengagumi" mereka, "rindu" ketika mereka pergi, merasa "gembira" atas kepulangan mereka, dan "cemburu" ketika mereka menunjukkan kasih sayang untuk hewan lain (Serpell, 2003). Persepsi mengenai hewan peliharaan oleh pemiliknya juga tergambar pada penelitian Serpell (1996) bahwa pemilik hewan peliharaan memberi makan hewan peliharaannya dengan makanan manusia, memberikan nama manusia, merayakan ulang tahun, membawa ke dokter spesialis saat sakit, bersedih saat hewan peliharaannya meninggal, dan menguburkannya pada pemakaman hewan peliharaan, menguburkannya di pemakaman hewan peliharaan dengan ritual yang biasa dilakukan pada pemakaman manusia (Serpell, 2003).

Hubungan dengan hewan peliharaan dapat menjadi pelengkap dukungan sosial pemiliknya meskipun tidak dapat menggantikan dukungan sosial yang diberikan oleh manusia (*complement*) atau dukungan sosial akan lebih berarti (erat) ketika dukungan sosial dari manusia berkurang (*hydraulic*). Bahkan beberapa keuntungan yang diberikan oleh hewan peliharaan adalah mengurangi rasa takut terhadap penolakan, evaluasi, dan lebih mudah diprediksi. Kelekatan yang mendalam pada hewan peliharaan tergambar

pada *pet anthropomorphisme* yaitu hewan peliharaan diberi perlakuan layaknya manusia.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Karakteristik subjek penelitian ini adalah mahasiswa di Kota Malang dengan umur 18-25 tahun yang memiliki hewan peliharaan yang tinggal terpisah dengan keluarganya. Hewan peliharaan dalam penelitian ini yaitu kucing karena kucing merupakan hewan yang paling banyak dimiliki oleh mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* dikenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui terlebih dahulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya (Winarsunu, 2004).

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel yang diteliti pada penelitian ini adalah kesepian. Kesepian yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kondisi dimana seseorang merasa tidak memiliki keakraban dengan teman dekat ataupun perasaan tidak bisa menyatu atau nyaman dengan lingkungan. Sedangkan untuk kepemilikan hewan peliharaan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah merawat dan tinggal bersama kucing.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kesepian yang disusun oleh Russel (1996) yaitu *Revised University of California, Los Angeles Loneliness Scale (R-UCLA Loneliness Scale)* versi 3 yang telah diterjemahkan. Skala ini bersifat *unidimensional*. Jenis skala adalah skala Likert yaitu terdapat 4 pilihan jawaban yaitu 1 untuk “tidak pernah”, 2 untuk “jarang”, 3 untuk “kadang-kadang”, 4 untuk “selalu”. Jika tidak pernah maka responden dapat menjawab “tidak pernah” dan jika selalu merasakannya, responden dapat menjawab “selalu”. Jumlah total item dalam skala ini sebanyak 20, dengan 11 item negatif (kesepian) dan 9 item positif (tidak kesepian). Item berbentuk pertanyaan, seperti “Apakah Anda merasa ramah dan bersahabat?” atau “Apakah Anda merasa sendiri?”. Skoring dapat dilakukan dengan menjumlah total nilai tiap item. Semakin tinggi total nilai maka semakin tinggi pula tingkat *loneliness*. Kelebihan skala ini adalah tidak memasukkan kata kesepian secara langsung dalam item-itemnya.

Uji coba skala ini dilakukan pada mahasiswa secara umum karena skala ini tidak khusus digunakan untuk subjek tertentu. Dari 410 eksemplar skala yang disebar, yang kembali dan terisi penuh sejumlah 390. Indeks validitas dari skala ini adalah 0,320-0,658 dengan reliabilitas 0,883. Validitas menggunakan pedoman yang menyatakan bahwa koefisien yang berkisar antara 0,30 sampai dengan 0,50 telah dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap efisiensi suatu lembaga penelitian (Azwar, 2009). Melalui pedoman tersebut, dinyatakan bahwa semua item pada skala valid.

Metode Analisa Data

Penelitian deskriptif kuantitatif dalam melakukan analisa menggunakan metode analisa data prosentase, yaitu mendeskripsikan setiap aspek dengan teknik prosentase yang sudah ditentukan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Kategori	Jumlah
Usia	
18 Tahun	3 (6%)
19 Tahun	7 (14%)
20 Tahun	10 (20%)
21 Tahun	10 (20%)
22 Tahun	10 (20%)
23 Tahun	8 (16%)
24 Tahun	2 (4%)
Jenis Kelamin	
Perempuan	28 (56%)
Laki-laki	22 (44%)

Gambaran demografi subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 1, berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 50 orang dengan kisaran umur 18 tahun hingga 24 tahun. Subjek yang paling banyak berpartisipasi pada penelitian ini adalah subjek dengan umur 20 tahun hingga 22 tahun dengan jumlah total 30 orang (60%) dari 50 orang responden. Subjek dengan jenis kelamin perempuan juga sedikit lebih banyak dari subjek dengan jenis kelamin laki-laki, yaitu 28 orang (56%) dari jumlah keseluruhan responden.

Tabel 2. Kategori Kesepian dari Hasil Skala R-UCLA *Loneliness Scale*

Kategori	Jumlah Subjek	Persentase
Rendah (22-37)	36	72%
Tinggi (38-53)	14	28%

Dari tabel 2 didapatkan gambaran bahwa dari 50 orang yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 36 orang atau 72% mengalami kesepian pada kategori rendah dan 14 orang atau 28% mengalami kesepian pada kategori tinggi.

Tabel 3. Kesepian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kategori	
	Rendah	Tinggi
Perempuan	22 (79%)	6 (21%)
Laki-laki	14 (64%)	8 (36%)

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa mahasiswa pemilik hewan peliharaan dan juga tinggal terpisah dengan keluarga yang berada pada kategori kesepian rendah sebanyak 22 orang (7%) perempuan dan laki-laki sebanyak 14 orang (64%). Sedangkan yang masih berada pada kategori kesepian yang tinggi sebanyak 8 orang laki-laki (36%) dan 6 orang (21%) perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa subjek laki-laki lebih banyak merasa kesepian yang tinggi meskipun memiliki hewan peliharaan.

Tabel 4. Kesepian Berdasarkan Usia

Usia	Kategori	
	Rendah	Tinggi
18-21 Tahun	24 (75%)	6 (25%)
22-24 Tahun	12 (60%)	8 (40%)

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki rasa kesepian dengan kategori rendah sebanyak 24 orang (75%) berusia 18-21 tahun dan 12 orang (60%) berusia 22-24 tahun. Subjek berusia 22-24 tahun lebih merasa kesepian daripada subjek dengan usia 18-21 tahun, hal ini ditunjukkan dengan jumlah 8 subjek (40%) berusia 22-24 tahun dan 6 subjek (25%) pada kesepian dengan kategori tinggi.

Tabel 5. Kesepian Berdasarkan Lama Tinggal Terpisah dengan Keluarga

Lama Tinggal Terpisah dengan Keluarga	Kategori	
	Rendah	Tinggi
7-63 Bulan	32 (71%)	13 (29%)
64-120 Bulan	4 (80%)	1 (20%)

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa subjek yang lama tinggal terpisah dengan keluarga selama 7-63 bulan mengalami kesepian pada kategori rendah sebanyak 32 orang (71%) dan mengalami kesepian pada kategori tinggi sebanyak 13 orang (29%). Sedangkan subjek yang tinggal terpisah dengan keluarga selama 64-120 bulan mengalami kesepian pada kategori rendah sebanyak 4 orang (80%) dan 1 orang (20%).

Tabel 6. Kesepian Berdasarkan Frekuensi Kepulangan

Frekuensi Kepulangan dalam 1 Kali Periode	Kategori	
	Rendah	Tinggi
< 4 Bulan	17 (65%)	9 (35%)
4-8 Bulan	6 (75%)	2 (25%)
> 8 Bulan	13 (81%)	3 (19%)

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa subjek dengan kategori kesepian rendah memiliki frekuensi kepulangan 1 kali dalam kurang dari 4 bulan sebanyak 17 orang (65%), 4 hingga 8 bulan sebanyak 6 orang (75%), dan lebih dari 8 bulan sebanyak 13 orang (81%). Sedangkan yang berada pada kategori kesepian tinggi yang terbanyak adalah pada frekuensi kepulangan 1 kali dalam kurang dari 4 bulan sebanyak 9 orang (35%), 4 hingga 8 bulan sebanyak 2 orang (25%), dan yang lebih dari 8 bulan sebanyak 3 orang (19%).

Tabel 7. Kesenian Berdasarkan Frekuensi Kunjungan Keluarga

Frekuensi Kunjungan Keluarga dalam 1 Periode	Kategori	
	Rendah	Tinggi
< 1 Tahun	11 (73%)	4 (27%)
1 Tahun – 2 Tahun	17 (34%)	7 (29%)
> 2 Tahun	1 (100%)	0 (0%)
Tidak Pernah	7 (70%)	3 (30%)

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa subjek dengan kategori kesepian rendah menerima kunjungan keluarga 1 kali dalam kurang 1 tahun sebanyak 11 orang (73%), 1 hingga 2 tahun sebanyak 17 orang (34%), lebih dari 2 tahun 1 orang (100%), dan yang tidak pernah menerima kunjungan keluarga sebesar 7 orang (70%). Sedangkan yang berada pada kategori kesepian tinggi terbanyak adalah subjek yang menerima kunjungan keluarga 1 kali dalam kurang dari 1 tahun sebanyak 4 orang (27%), 1 hingga 2 tahun yaitu sebanyak 7 orang (29%), dan sebanyak 3 orang (100%) tidak pernah menerima kunjungan keluarga selama tinggal terpisah dengan keluarga.

Tabel 8. Kesenian Berdasarkan Lama Memelihara Hewan Peliharaan

Lama Memelihara	Kategori	
	Rendah	Tinggi
< 2 tahun	26 (72%)	10 (28%)
2 – 4 tahun	8 (67%)	4 (33%)
> 4 tahun	2 (100%)	0 (0%)

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa subjek yang berada dalam kategori kesepian rendah memelihara hewan kurang dari 2 tahun sebanyak 26 orang (72%), 2 hingga 4 tahun sebanyak 8 orang (67%), dan lebih dari 4 tahun sebanyak 2 orang (100%). Sedangkan yang berada pada kategori kesepian tinggi memelihara hewan kurang dari 2 tahun sebanyak 10 orang (28%) dan 2 hingga 4 tahun sebanyak 4 orang (33%).

DISKUSI

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar (72%) mahasiswa pemilik hewan peliharaan memiliki kategori kesepian yang rendah. Namun, masih ditemukan mahasiswa pemilik hewan peliharaan yang mengalami kesepian pada kategori tinggi. Kondisi dari setiap individu yang berbeda menjadi pertimbangan bagaimana kondisi kesepian subjek meskipun sama-sama memiliki hewan peliharaan.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa pemilik hewan peliharaan yang masih merasakan kesepian didominasi oleh subjek berjenis kelamin laki-laki. Hal ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu bahwa laki-laki lebih kesepian dibandingkan perempuan. Dengan menggunakan *R-UCLA Loneliness Scale* dan *Self Compiled Scale*, Wittenberg menemukan bahwa laki-laki memiliki skor kesepian yang lebih tinggi secara umum, sosial, dan emosional daripada perempuan (Jiong, 2009). Selain itu, perbedaan jenis kelamin dengan kedekatan pada hewan peliharaan tergambar dalam penelitian Fallani *et*

al (2006) bahwa perempuan menghabiskan waktunya untuk berbicara dengan peliharaannya lebih banyak dibandingkan laki-laki. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Herzog (2007) yang menyatakan bahwa walaupun perbedaan jenis kelamin tidak terlalu signifikan dalam hal kelekatan pada hewan peliharaan namun ditemukan hasil bahwa perempuan lebih memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan. Sehingga dalam hal ini, laki-laki lebih beresiko mengalami kesepian, ditambah lagi kelekatan dengan hewan peliharaan tidak selekat perempuan.

Subjek berada pada tingkatan dewasa awal yang rentan mengalami kesepian jika tidak dapat memenuhi tugas perkembangan yang berupa tugas membangun intimasi dan afiliasi. Dijelaskan oleh Alwisol (2009) bahwa kegagalan membangun keakraban dapat membawa orang tersebut pada keadaan terisolasi. Gambaran kesepian karena kurang dapat membangun keakraban dapat dilihat dari seringnya merasakan kurang dapat memiliki keakraban dengan teman, tidak merasa dekat dengan orang lain, dan sulit menemukan orang yang selalu dapat memberikan dukungan. Kegagalan membangun intimasi atau keakraban dapat menjadi salah satu penyebab seseorang mengalami kesepian. Subjek penelitian juga mengaku tidak lagi memiliki teman dekat setelah 7 bulan berpisah dengan sahabatnya dan merasa sangat kehilangan. Sepertinya yang dijelaskan Weiss bahwa kehilangan menjadi salah satu penyebab munculnya *emotional loneliness*. Sedangkan kurang dapat membangun afiliasi dapat dilihat dari gambaran bahwa subjek sering merasa kurang selaras dengan lingkungannya, tidak memiliki kesamaan dengan orang-orang disekitarnya, tidak merasa menjadi bagian dari kelompok, dan merasa sendiri meskipun bersama banyak orang (Perlman & Peplau, 1998).

Keluarga yang menjadi salah satu sosok akrab (*attachment figure*) memiliki peran yang penting dalam kesepian. Dattilo (dalam Geldard & Geldard, 2011) mengatakan bahwa keluarga merupakan sistem yang meliputi individu di dalam keluarga dan cara para individu ini berfungsi bersama. Berpisah dengan keluarga (sistem) akan menyebabkan seseorang mengalami *separation distress*. Seperti yang dikatakan oleh Weiss bahwa pengaruh dari pengalaman stres karena berpisah (*separation distress*) sama seperti kesepian, deskripsi kedua pengalaman tersebut serupa (Seepersad, 2002). Penelitian ini menemukan bahwa rasa kesepian lebih dirasakan di awal perpisahan dengan keluarga. Alymer bahwa dewasa awal yang berpisah dengan keluarga akan mencari bentuk-bentuk pengganti emosional. Saat berpisah dengan keluarga, seseorang akan berusaha mencari bentuk-bentuk pengganti emosional, dimana terpisah dari keluarga merupakan kehilangan pada sosok yang memiliki hubungan mendalam sehingga dapat menimbulkan kesepian emosional. Dalam hal ini dapat digambarkan bahwa di awal perpisahan, intensitas keluarga masih sangat terasa dan pada saat itu juga individu tersebut masih mencari bentuk pengganti emosional dari keluarga (Santrock, 2002)

Penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian besar dari subjek yang mengalami kesepian pada kategori tinggi adalah subjek yang sering pulang ke tempat asal. Kembali pada konsep yang dijelaskan oleh Dattilo bahwa keluarga adalah sistem, maka semakin sering subjek bertemu dengan keluarga, semakin sering subjek merasakan *separation distress* dan berpengaruh pada pemunculan kesepian. Namun, sebagian besar subjek yang mengalami kesepian pada penelitian ini tidak pernah dikunjungi oleh keluarga. Hal

ini menunjukkan bahwa terlalu lama tidak bertemu dengan keluarga juga dapat membuat seseorang merasa kesepian. Hal ini juga dapat dikarenakan kurangnya kualitas hubungan keluarga. Salah satu subjek menyatakan merasa dukungan keluarga kurang karena sejak lama keluarga selalu membiarkan subjek melakukan aktivitas sendiri, sedangkan subjek mengaku mengharapkan dukungan dan apresiasi pada setiap kemajuan yang dikerjakan (Geldard & Geldard, 2011).

Jika ditinjau dari peran dukungan sosial dari hewan peliharaan, hewan peliharaan yang berperan sebagai pelengkap dukungan sosial tidak banyak memberikan pengaruh pada kondisi kesepian pemiliknya. Hal ini dikarenakan bahwa saat dukungan sosial dari manusia (teman, sahabat, keluarga) maka hewan peliharaan tidak menggantikan dukungan sosial yang berkurang (McConnel *et al*, 2011). Saat hubungan antara hewan peliharaan dan pemiliknya tidak dekat maka kontribusi hewan peliharaan kurang dapat berpengaruh pada kondisi kesepian pemiliknya. Namun, saat kedekatan hewan peliharaan tinggi, kemungkinan kecil akan mengalami kesepian. Sedangkan jika peran dukungan sosial hewan peliharaan sebagai *hydraulic*, maka saat dukungan sosial dari keluarga dirasa kurang, dukungan sosial hewan peliharaan dapat menjadi sangat berpengaruh pada kondisi kesepian pemiliknya. Namun, peran *hydraulic* membuat kontribusi dukungan sosial pada hewan peliharaan menjadi kurang berarti saat dukungan sosial dari manusia tinggi.

Dari hasil wawancara sederhana pada 2 subjek penelitian yang mengalami kesepian pada kategori tinggi didapatkan bahwa peran hewan peliharaan cenderung bersifat *complement*. Salah satu subjek merasa salah membeli kucing karena perilaku yang dianggap tidak menyenangkan karena selalu merusak tatanan barang di kamarnya sehingga subjek merasa kehadiran hewan peliharaan tidak memberikan manfaat meskipun saat itu subjek sedang merasa dukungan sosial dari sahabatnya berkurang. Subjek yang lain mengatakan bahwa meskipun hewan peliharaan selama ini menemaninya tapi subjek merasa tetap membutuhkan keakraban dengan manusia meskipun subjek mengakui bahwa hewan peliharaan lebih adil karena subjek beranggapan ketika seseorang baik dengan hewan peliharaan maka hewan peliharaan akan baik pula pada orang tersebut, tidak seperti manusia yang sering membalas kebaikan dengan keburukan. Hal ini senada dengan Green *et al* (2009) bahwa salah satu kelebihan membangun hubungan dengan hewan peliharaan adalah *Choice and the Selection of Partner Characteristics*, hubungan dengan hewan peliharaan dapat dikatakan, "apa yang Anda lihat adalah apa yang Anda dapatkan" tidak seperti berhubungan dengan manusia yang cenderung berhadapan dengan ketidakpastian.

Peran dukungan sosial seringkali dihubungkan dengan kelekatan. Kelekatan juga seringkali dikaitkan dengan lamanya seseorang menjalin hubungan dengan orang lainnya. Begitupula membangun kelekatan pada hewan peliharaan seperti yang dijelaskan oleh Fajfar *et al* (2012), dalam penelitiannya, semakin lama seseorang memelihara hewan peliharaannya maka semakin tinggi kelekatan yang dimiliki. Namun, dalam penelitian ini tidak menemukan hasil yang serupa dengan penelitian terdahulu. Hal ini dimungkinkan karena banyak hal, salah satunya orientasi seseorang dalam melakukan aktivitas memelihara hewan. Orientasi memelihara sebagai "teman"

akan berbeda dengan orientasi memelihara untuk bisnis. Beberapa subjek mengaku memelihara hewan peliharaan untuk ditenakan dan dijual.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 14 orang yang mengalami kesepian dalam kategori tinggi dan 36 orang berada pada kategori kesepian rendah. Beberapa gambaran kesepian pada kategori tinggi yang masih dialami beberapa mahasiswa pemilik hewan peliharaan yang tinggal terpisah dengan keluarga dalam penelitian ini, diantaranya adalah jumlah laki-laki yang mengalami kesepian pada kategori tinggi lebih banyak dibandingkan perempuan, sebagian besar berusia 22-24 tahun, belum lama tinggal terpisah dengan keluarga, terlalu sering pulang dan tidak pernah dikunjungi, kurang memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan, dukungan hewan peliharaan bersifat pelengkap (*complement*) dari pada pengganti (*hydraulic*), dan memiliki kualitas bertemu keluarga yang kurang.

Implikasi dari penelitian, yaitu subjek penelitian senantiasa membangun keakraban dengan orang lain karena sebagai manusia tidak hidup sendiri dan saling membutuhkan, mulai membangun kualitas hubungan baik dan terbuka dengan keluarga, dan berpartisipasi pada komunitas pecinta kucing agar memiliki tambahan pengetahuan mengenai aktivitas apa saja yang dapat dilakukan bersama hewan peliharaan. Jika ada penelitian lanjut dapat melakukan penelitian terkait dengan kesepian pada pemilik hewan peliharaan yang tinggal terpisah dengan keluarga menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan gambaran kesepian yang lebih mendalam. Selain itu, dapat melakukan penelitian mendalam mengenai tipe kepribadian pemilik hewan peliharaan, kontribusi psikologis pada beberapa jenis hewan peliharaan, perbedaan pemilik hewan peliharaan yang mengikuti komunitas dan yang tidak, jenis peran dukungan sosial hewan peliharaan pada kesejahteraan hidup, perbedaan kontribusi antara hewan peliharaan yang bersertifikat (*pedigree*) dan yang tidak (*non pedigree*), serta kelekatan hewan peliharaan agar dapat diketahui seberapa besar hewan peliharaan berkontribusi pada kehidupan manusia, khususnya di Indonesia.

REFERENSI

- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press
- Azwar, S. (2009). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial edisi kesepuluh*. Jakarta: Erlangga
- Baston, A. (2008). *Global companion animal ownership and trade: project summary, June 2008*. Retrieved January 02, 2013, from http://www.wspa.org.uk/Images/Pet%20ownership%20and%20trade%20-%20Global%20report_tcm9-10875.pdf
- Cacioppo, J. T. & Patrick, W. (2008). Loneliness: human nature and the need for social connection. *Laporan Penelitian*, W. W. Norton and Company.
- Compton, W.C. (2005). *An introduction positive psychology*. USA: Wadsworth

- Dayakisni, T. & Hudaniah.(2009). *Psikologi sosial*. Malang: UMM Press
- Fajfar, M., Mlinarik, V. & Smolkovic, I. (2012). Attachment to Pets and Interpersonal Relationships. *Journal of European Psychology Students*, 6, 15-33.
- Fallani, G., Prato-Previde, E., & Valsecchi, P. (2006). Gender differences in owners interacting with pet dogs: an observational study. *Journal Compilation*, 112, 64-73.
- Geldard, D. & Geldard, K. (2011). *Konseling keluarga*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Green, J. D., Mathews, M., & Foster, C. A. (2009). Another kind of “interpersonal” relationship: humans, animal companions, and attachment theory. In E. Cuyler & M. Ackhart (Eds.), *Psychology of Relationships* (pp. 87-109). New York, NY: Nova Science Publishers.
- Herzog, H. A. (2007). Gender differences in human–animal interactions: a review. *Anthrozoos*, 20 (1), 7-21.
- Jiong, Y. (2009). Relationship between gender traits and loneliness: The role of self-esteem. *Tesis*, Fakultas Psikologi Universitas Brandeis, Amerika Serikat.
- Lake, T. (1986). *Kesepian*. Jakarta: Arcan
- Lewis, A., Krageloh C. U., & Shepherd, D. (2009). Pet ownership, attachment and health-rated quality of life in New Zealand. *Electronic Journal of Applied Psychology*, 5, 96 – 101.
- Mc Connell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayto, L. E., & Martin, C. E. (2011). Friends with benefits: on the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 1239-1252.
- Mental Health Foundation.(2010). *The Mental Health Foundation survey*. Laporan Penelitian, Mental Health Foundation. Mental Health Foundation. (2010). *The lonely society?, 2010*. Inggris: Mental Health Foundation.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. In H. S. Friedman (Ed.) *Encyclopedia of mental health*, Vol 2 (571-581). San Diego, CA: Academic Press
- Russel, D. W. (1996). UCLA loneliness scale (varson 3): reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development edisi lima jilid II*. Jakarta: Erlangga
- Seepersad, S. S. (2002). *Understanding loneliness using attachment and systems theories & developing an applied intervention*. Retrieved May 03, 2013, from http://www.webofloneliness.com/uploads/7/3/2/3/7323413/critical_analysis_paper_loneliness.pdf
- Serpell, J. A. (2003). Anthropomorphism and anthropomorphic selection beyond the “cute response”. *Journal of Society and Animals*, 11, 83-100.
- Setianingrum, F. (2012). Manfaat memelihara hewan pada penderita penyakit kronis. *Skripsi*, Program Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, Malang.

- Winarsunu, T. (2004).*Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press
- Yuhana, S. (2010).*Hubungan keterbukaan diri dengan kesepian pada mahasiswa merantau yang tinggal di tempat kost*, Retrieved January 07, 2013, from <http://papers.gunadarma.ac.id/index.php/psychology/article/viewFile/936/894>
- Zimolag, U. & Kruppa, T. (2009).Pet ownership as a meaningful community occupation for people with serious mental illness.*American Journal of Occupational Therapy*, 63, 126–137.