

***PET ATTACHMENT* DAN TINGKAT
STRES PADA MAHASISWA**

SKRIPSI



Oleh

Salma Ayu Afifah

19320231

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

JURUSAN PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2023

***PET ATTACHMENT* DAN
TINGKAT STRES PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi,
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia,
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1
Psikologi**



Oleh

Salma Ayu Afifah

19320231

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

"PET ATTACHMENT DAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA"

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi,
Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia,
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi
Pada Tanggal

23 Juni 2023

Mengesahkan,
Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya



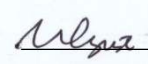
Ketua Prodi

Hazhira Qudsyi, S.Psi. M.A

Dewan Penguji

1. Latifatul Laili, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
2. Irwan Nuryana Kurniawan, S.Psi., M.Si.
3. Uly Gusniarti, S.Psi., M.Si., Psikolog.

Tanda Tangan

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Salma Ayu Afifah
Nomor Mahasiswa : 19320231
Program Studi : Psikologi
Jurusan : Psikologi
Judul Skripsi : Kelekatan Hewan Peliharaan dan Tingkat Stres pada Mahasiswa

Membuat pernyataan sebagai berikut:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi, saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang berlaku dan dijunjung tinggi di Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, saya menyatakan dengan tegas bahwa skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari setelah saya lulus dari Prodi Psikologi, Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, ditemukan terbukti secara meyakinkan bahwa skripsi saya adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang berlaku dan ditetapkan oleh Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 03 April 2023

Yang menyatakan



Salma Ayu Afifah

HALAMAN MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(Qs. Al-Baqarah: 286)

فَأَصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا

“Maka bersabarlah dengan sabar yang baik”

(Qs. Al-Ma’arij:5)

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah Rabbil'alamin.

Puji syukur saya ucapkan kepada *Allah Subhanahu Wa Ta'ala* atas segala rahmat dan ridho-Nya, sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

Saya persembahkan karya sederhana ini kepada:

Allah Subhanahu wa ta'ala

Segala puji dan syukur kepada Allah atas segala nikmat, keberkahan dan kemudahan yang senantiasa dilimpahkan kepada saya.

Ibu dan Ayah

Terimakasih atas segala do'a, dukungan dan kasih sayang yang selalu diberikan dan tidak pernah lelah mengusahakan yang terbaik untuk putri satu-satunya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kita haturkan atas kehadiran Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah melimpahkan karunia, berkah, rahmat, dan nikmat-Nya dalam kehidupan kita semua. Sholawat beriring salam tercurahkan kepada Nabi Muhammad *Shallallahu Alaihi wa Sallam* beserta keluarga, sahabat, kerabat, dan pengikutnya hingga akhir zaman nanti. Atas kehendak Allah *Subhanahu wa Ta'ala*, *Alhamdulillah Rabbil'alamin* penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulis bukanlah apa-apa tanpa ada bantuan, dukungan, nasihat dan bimbingan dari pihak yang membantu dan menemani dalam proses pembuatan skripsi ini. Dengan ini penulis ingin mengucapkan ucapan terimakasih dari lubuk hati yang terdalam kepada:

1. Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Ibu Dr. Phil. Qurotul Uyun, S.Psi., M.Si., Psikolog beserta jajarannya yang telah memberikan bimbingan kepada mahasiswa.
2. Dosen Pembimbing Skripsi (DPS) Ibu Latifatul Laili, S.Psi., M.Psi., Psikolog. yang telah membimbing, mengajarkan, mendukung, dan membersamai penulis dari awal hingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
3. Dosen Pembimbing Akademik (DPA) Dr. Rina Mulyati, S.Psi., M.Si., Psikolog yang telah memberikan banyak dukungan, arahan, dan informasi kepada penulis dari semester satu hingga akhir.
4. Seluruh dosen Program Studi Psikologi UII yang telah mengajarkan ilmu yang bermanfaat baik dalam teori maupun praktik kepada seluruh mahasiswa dengan setulus hati.
5. Seluruh responden yang telah bersedia untuk mengisi kuesioner dengan baik.

6. Kedua orang tua penulis, terimakasih sudah senantiasa memberikan doa, dukungan, semangat dan kepercayaan bahwa penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
7. J2A019047, terimakasih selalu memberikan semangat selama penulis menjalani perkuliahan dari semester awal hingga mengerjakan skripsi.
8. Sahabat '*princess*' Atika Nurul Huda, Aurelia Tania Pereira, Carolia Anisa, Permata Ayunda, Riris Noviska Resviani, Rizka Apriliani Jantu, dan Tsaltsa Salma Faiza, yang selalu memberikan dukungan dan bantuan ketika penulis mengalami kesulitan, terimakasih untuk selalu dapat menjadi sahabat-sahabat terbaik untuk bermain, belajar bersama, berbagi cerita, dan melakukan banyak hal sejak semester satu hingga saat ini.
9. Kucing-kucing penulis, Cingcing, Unyil dan Oreo, terimakasih selalu ada menemani penulis mengerjakan skripsi dan menyumbangkan ide untuk judul skripsi penulis.
10. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu terimakasih untuk bantuan dan dukungannya selama penulis mengerjakan skripsi.

Akhir kata, penulis berharap semoga segala kebaikan dan ketulusan hati yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah *subhanahu wa ta'ala*. Semoga penelitian ini mampu bermanfaat bagi pembaca dan menjadi amal jariyah yang tak akan terputus dunia akhirat. *Aamiin*.

Yogyakarta, 03 April 2023



Salma Ayu Afifah

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I.....	1
PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Stres.....	7
1. Definisi Stres.....	7
2. Aspek-Aspek Stres.....	8
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres.....	9
B. <i>Pet Attachment</i>	11
1. Definisi <i>Pet Attachment</i>	11
2. Dimensi dan Aspek <i>Pet Attachment</i>	14
C. Hubungan <i>Pet Attachment</i> dengan Tingkat Stres.....	15
D. Hipotesis.....	17
BAB III.....	18
DESAIN PENELITIAN.....	18
A. Desain Penelitian.....	18

B. Responden Penelitian.....	19
C. Pengukuran.....	19
1. Stres	19
2. <i>Pet Attachment</i>	22
D. Prosedur Penelitian.....	24
BAB IV	27
HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI	27
A. Deskripsi Subjek Penelitian	27
B. Deskripsi Data Penelitian.....	28
C. Hasil Analisis Statistik.....	30
1. Uji Asumsi.....	30
3. Analisis Tambahan.....	32
D. Pembahasan.....	34
BAB V.....	38
PENUTUP.....	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran.....	38
1. Bagi Subjek Penelitian	38
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Table 1 Sebaran aitem skala Perceived Stress Scale-10 (PSS-10).....	20
Table 2 KMO dan Bartlett Test Perceived Stress Scale-10	21
Table 3 Sebaran aitem skala Pet Attachment Questionnaire (PAQ).....	23
Table 4 KMO dan Bartlett's Test Pet Attachment Questionnaire.....	23
Table 5 Deskripsi Subjek Penelitian	27
Table 6 Deskripsi Data Penelitian.....	28
Table 7 Rumus Kategorisasi	28
Table 8 Kategorisasi Variabel Pet Attachment	29
Table 9 Kategorisasi Variabel Stres.....	29
Table 10 Uji Linearitas	30
Table 11 Hasil Uji Korelasi	31
Table 12 Hasil uji beda one way ANOVA berdasarkan jenis hewan peliharaan.....	32
Table 13 Hasil uji beda Stres dan Pet Attachment berdasarkan lama memelihara hewan peliharaan.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kelekatan Hewan Peliharaan dan Tingkat Stres.....	45
Lampiran 2 Validitas dan Reliabilitas Skala.....	61
Lampiran 3 Uji Asumsi.....	69
Lampiran 4 Uji Hipotesis dan Analisis Tambahan	71

Pet Attachment dan Tingkat Stres pada Mahasiswa

Salma Ayu Afifah

Latifatul Laili

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Pet Attachment* dan Tingkat Stres pada Mahasiswa. Hipotesis yang diajukan memprediksi adanya pengaruh yang signifikan antara *pet attachment* dengan tingkat stres pada mahasiswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 167. Alat ukur yang digunakan adalah alat ukur *Pet Attachment Questionnaire* yang diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Maeko (2022) dan alat ukur *Perceived Stress Scale-10* yang diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Lim (2018). Data dianalisis menggunakan metode analisis korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *attachment avoidant* tidak memiliki korelasi terhadap tingkat stres pada mahasiswa, sedangkan *attachment anxiety* memiliki korelasi terhadap tingkat stres pada mahasiswa.

Kata Kunci: *Pet Attachment*, Tingkat Stres, Mahasiswa

Pet Attachment and Stress Levels in College Students

Salma Ayu Afifah

Latifatul Laili

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between Pet Attachment and Stress Levels in College Students. The proposed hypothesis predicts a significant influence between pet attachment and stress levels in college students. The data collection method used is a quantitative approach with a correlational design. The number of respondents in this study was 167. The measuring instruments used are the Pet Attachment Questionnaire measuring instrument adapted in Indonesian by Maeko (2022) and the Perceived Stress Scale-10 measuring instrument adapted in Indonesian by Lim (2018). Data were analyzed using the correlation analysis method. The results showed that avoidant attachment has no correlation with stress levels in college students, while attachment anxiety has a correlation with stress levels in college students.

Keywords: Pet Attachment, Stress Level, College Students

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan sekelompok generasi muda yang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Tugas mahasiswa sebagai peserta didik adalah untuk mencari ilmu pengetahuan, berorganisasi, bermasyarakat dan melatih kepemimpinan untuk mencapai kesuksesan. Mahasiswa dianggap memiliki kapasitas yang lebih tinggi dari siswa yang kemudian diharapkan mampu memahami konsep, memetakan permasalahan, dan memilih solusi terbaik untuk sebuah masalah (Sagita, 2017). Perubahan rutinitas harian dan beban akademik menjadi lebih berat dapat menjadi sebuah stresor tersendiri. Banyaknya kegiatan dan tuntutan yang harus dijalani serta manajemen waktu yang tidak baik dapat memicu stres apabila tuntutan tersebut tidak terpenuhi, yang kemudian stres tersebut dapat berpengaruh pada hasil perolehan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa.

Dalam konteks mahasiswa, stres dapat berasal dari empat sumber yaitu interpersonal, intrapersonal, akademik, dan lingkungan (Ross, dkk., 2008). Interpersonal merupakan stres yang berasal dari hubungan individu dengan orang lain, misalnya konflik dengan teman, pacar, atau orang tua. Intrapersonal merupakan stres yang berasal dari dalam diri individu sendiri seperti masalah keuangan atau masalah kesehatan. Akademik merupakan stresor yang berkaitan dengan masalah pada aktivitas perkuliahan seperti tugas yang banyak, nilai yang jelek, ataupun materi kuliah yang sulit. Sedangkan lingkungan adalah stresor yang berasal dari lingkungan sekitar

individu seperti kurangnya waktu liburan, atau lingkungan tempat tinggal individu yang tidak nyaman (Ross, dkk., 2008).

Berdasarkan kasus stres pada mahasiswa yang sudah terjadi, penelitian yang dilakukan oleh Ruhmadi, dkk. (2014) menyebutkan 8 dari 10 mahasiswa mengeluh stres dikarenakan jadwal kuliah yang terlalu padat, praktek lapangan beserta tugas yang banyak serta *deadline* tugas yang dirasa sangat singkat. Pada berita yang diunggah oleh CNN Indonesia, seorang mahasiswi semester 5 ditemukan tewas di kamar kosnya. Perempuan berusia 20 tahun tersebut diduga bunuh diri akibat stres menghadapi tugas kuliah. Survei yang dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO) pada mahasiswa menyebutkan bahwa tingkat kejadian *major depressive disorder* (MDD) sebesar 4,5%, sedangkan *anxiety disorder* sebesar 11,7% dan *mood disorder* sebesar 6,0% (Auerbach, dkk., 2016). Ketiga gangguan mental tersebut dapat terjadi karena ketidakmampuan individu dalam menangani stres (Richter-Levin & Xu, 2018).

Stres yang terlalu berat dan tidak dapat dikendalikan dan diatasi oleh mahasiswa akan menimbulkan dampak negatif pada aspek kognitif, emosional, fisiologis dan perilaku. Dampak negatif stres pada aspek kognitif yaitu sulit berkonsentrasi, sulit mengingat dan memahami pelajaran. Dampak negatif stres pada aspek emosional yaitu sulit memotivasi diri sendiri, muncul perasaan cemas, sedih, marah, frustrasi, Sedangkan dampak negatif stres pada aspek fisiologis yaitu gangguan kesehatan, daya tahan tubuh berkurang, mudah sakit dan insomnia. Kemudian, dampak perilaku yang muncul akibat stres berlebih adalah menunda-nunda menyelesaikan tugas, malas menjalani kuliah, dan penyalahgunaan alkohol (Kariv, 2005). Berdasarkan hasil

wawancara yang dilakukan oleh Ambarwati (2017), bahwa 7 dari 10 mahasiswa mengatakan mengalami gejala stres seperti tidur tidak teratur dikarenakan adanya tuntutan untuk menyelesaikan skripsi, nafsu makan menurun, cemas dan gelisah yang disebabkan oleh skripsi yang belum selesai, hingga merasa takut tidak dapat menyelesaikan skripsi mereka dengan cepat.

Sarafino (1994) mendefinisikan stres sebagai tekanan internal maupun eksternal dan kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan (*an internal and external pressure and other troublesome condition in life*). Faktor-faktor penyebab stres yang diungkapkan oleh Kuntjojo (2009) antara lain dari dalam individu seperti jenis kelamin yang umumnya laki-laki lebih santai dalam menghadapi stres dibanding perempuan, karakteristik kepribadian seperti ketabahan atau ketahanan dalam menghadapi stres, dukungan sosial yang dirasakan, hubungan dengan lingkungan sosial, dan strategi koping.

Berinteraksi dengan hewan peliharaan merupakan salah satu contoh strategi koping untuk mengurangi tingkat stres. Interaksi antara manusia dengan hewan bermanfaat bagi kesehatan fisik maupun psikologis pemiliknya (Cromer & Barlow, 2013). Memiliki hewan peliharaan membuat pemiliknya tidak merasa kesepian dan memiliki teman. Seringkali pemilik hewan peliharaan mengajak berbicara hewan peliharaan mereka di saat sedang merasa bosan atau butuh teman untuk sekedar meluapkan keluh kesah. Hewan peliharaan merupakan sumber dukungan, kenyamanan, dan kelegaan pada saat dibutuhkan. Human – Animal Interaction (HAI) diketahui dapat meningkatkan kesehatan kardiovaskular dan mampu untuk membantu

manusia dalam mengatasi stres (McCune et al., 2014). Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan di Universitas Adelaide tentang peran hewan peliharaan terhadap kesehatan mental manusia, didapatkan hasil bahwa keadaan mental yang stabil ditemukan pada responden yang memiliki bonding erat dengan hewan peliharaannya. (Peacock et al., 2012).

Peneliti juga melakukan wawancara awal kepada tiga orang responden mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, mereka menyebutkan bahwa mengerjakan skripsi membuat mereka cukup stres dan berinteraksi dengan kucing peliharaan mereka dapat menghibur dan mengurangi stres tersebut. Mereka juga menyebutkan bahwa memiliki hewan peliharaan membuat mereka merasa memiliki teman atau keluarga. Salah seorang mahasiswa menyebutkan, hewan peliharaan mereka terkadang juga menjadi sumber stres bagi dirinya.

Penelitian ini menggunakan teori *Pet Attachment* yang dikemukakan oleh Zilcha-Mano dengan dasar teori kelekatan pada orang dewasa yang dikemukakan oleh John Bowlby, dimana individu harus mengalami hubungan yang hangat dan intim dengan figur kelekatan dan menemukan kesenangan dari ikatan emosional, yang berarti individu dapat mengalami kelekatan dengan hewan peliharaan dan memiliki ikatan emosional dari hubungan tersebut dengan adanya kecenderungan untuk mendapatkan atau menjaga keamanan. Sedangkan untuk variabel stres, peneliti menggunakan teori stres yang dikemukakan oleh Cohen (1983).

Penelitian yang membahas terkait *pet attachment* masih sangat terbatas, berbeda dengan variabel stres yang sudah banyak diteliti sebelumnya. Beberapa

penelitian sebelumnya dengan variabel serupa diantaranya “*The Role of Self-Compassion as a Moderator between Attachment to Companion Animal and Perceived Stress*” yang diteliti oleh Maeko (2022) dan “Pengaruh *Pet Attachment* dan Dukungan Sosial terhadap Stres pada Dewasa Awal selama Pandemi COVID-19” yang dilakukan oleh Duma (2022).

Terdapat beberapa perbedaan pada penelitian ini dengan kedua penelitian tersebut, yang pertama yaitu perbedaan subjek yang digunakan. Pada penelitian ini subjek yang digunakan yaitu mahasiswa, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Maeko (2022) menggunakan subjek berusia 15-55 tahun dan penelitian yang dilakukan oleh Duma (2022) menggunakan subjek yang berfokus pada usia dewasa awal yaitu 18-25 tahun. Perbedaan yang kedua, yaitu penggunaan alat ukur *pet attachment*, penelitian ini menggunakan alat ukur Pet Attachment Questionnaire (PAQ) oleh Zilcha-mano (2011), sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Duma (2022) menggunakan alat ukur Lexington Pet Attachment Scale yang disusun oleh Johnson, dkk (1992).

Oleh karena itu berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti terkait *pet attachment* dan tingkat stres pada mahasiswa. Dari penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan penelitian yang bermanfaat bagi orang lain serta menambah kajian terkait *pet attachment* sebagai salah satu *coping stress* terutama pada mahasiswa.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan uraian singkat pustaka yang relevan di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut, "Bagaimanakah hubungan *pet attachment* terhadap tingkat stres pada mahasiswa?"

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris bagaimana *pet attachment* berhubungan dengan tingkat stres pada mahasiswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres

1. Definisi Stres

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa stres merupakan hubungan antara individu dengan lingkungannya yang dievaluasi oleh seseorang sebagai tuntutan atau ketidakmampuan dalam menghadapi situasi yang membahayakan atau mengancam kesehatan. Kemudian, Cohen (1988) mendefinisikan stres sebagai kondisi mental dan emosional yang terganggu, yang timbul sebagai respon terhadap keadaan dari luar diri yang mempengaruhi kesehatan fisik, dimana respon terhadap stres melibatkan perubahan fisiologis, reaksi kognitif, reaksi emosional dan respon perilaku, seperti: naiknya detak jantung, tekanan darah meninggi, otot menegang, mudah tersinggung, depresi serta adanya emosi negatif. Sedangkan, Looker & Geegson (2004) mendefinisikan stres sebagai sebuah keadaan yang dialami individu ketika terjadi sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya. Stres merupakan suatu kondisi yang terjadi karena adanya perbedaan cara pandang atau persepsi individu dengan lingkungannya karena tuntutan situasi yang diinginkan, bersumber dari keadaan biologis, psikologis maupun sosial individu (Sarafino, 2012).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa stres merupakan situasi dimana mental dan emosional terganggu akibat individu

tidak dapat menghadapi situasi yang tidak sesuai antara tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk melewatinya. Penelitian ini berfokus pada definisi Cohen (1988) yang mendefinisikan stres sebagai terganggunya kondisi mental dan emosional yang mempengaruhi kesehatan fisik. Hal ini dikarenakan definisi ini menjabarkan beberapa respon yang timbul karena stres dan menjadikan definisi ini berbeda daripada definisi lainnya.

2. Aspek-Aspek Stres

Menurut Cohen, Kamarack, dan Mermelstein (1983) Aspek-aspek stres terdiri dari:

a. Perasaan yang Tidak dapat Diprediksi (*Feeling of unpredictability*)

Stres akan muncul jika seseorang dihadapkan dengan situasi yang terjadi diluar dugaannya atau terjadi secara tiba-tiba yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Situasi tersebut mengakibatkan rasa marah, kaget, cemas, gugup, dan lainnya.

b. Perasaan tidak terkontrol (*Feeling of uncontrollability*)

Stres akan muncul jika seseorang tidak dapat mengontrol situasi atau perasaannya agar sesuai dengan apa yang diinginkan dan diharapkannya.

c. Perasaan Tertekan (*Feeling of overloaded*)

Ketika tuntutan atau suatu peristiwa tidak sesuai dengan apa yang diharapkan atau diusahakan maka hal tersebut akan membuat seseorang menjadi tertekan.

Menurut Sarafino (1988) aspek-aspek stres terdiri dua hal berikut:

a. Aspek Fisik

Aspek fisik berupa sakit kepala, pusing, meningkatnya tekanan darah hingga jantung berdebar.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis berupa perasaan gelisah, cemas, rasa takut berlebihan, mudah tersinggung dan marah, sulit berpikir, sulit tidur.

Penelitian ini berfokus pada aspek yang dikemukakan oleh Cohen, Kamarack, dan Mermelstein (1983), dikarenakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cohen menggambarkan stres dengan mudah dan sesuai dengan alat ukur yang digunakan pada penelitian ini.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres (Lukluk & Bandiyan, 2011) sebagai berikut:

a. Kondisi Biologis

Seseorang dapat mengalami stres karena adanya riwayat penyakit, trauma, malnutrisi, kelelahan fisik, dan kerusakan fungsi biologis.

b. Kondisi Psikologis

Secara psikologis stres dapat terjadi dalam diri seseorang karena memiliki berbagai konflik dalam kehidupan, mengalami kondisi kehilangan sesuatu yang berharga bagi diri dan hidupnya, mengalami

hal-hal traumatis yang membuat dirinya merasa bersalah atas peristiwa tersebut, atau mendapatkan suatu kekurangan seperti kecacatan.

c. Kondisi Sosiokultural

Kondisi ekonomi, perceraian, dan diskriminasi dari orang-orang sekitar merupakan kondisi sosiokultural yang dapat menyebabkan stres.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres menurut Smet (dalam Rahmawan, 2021) yaitu:

a. Kondisi Individu

Beberapa hal dari kondisi individu seperti umur, jenis kelamin, tahapan kehidupan, tempramen, faktor genetik, pendidikan, intelegensi, suku, kebudayaan, status ekonomi, dan kondisi fisik.

b. Karakteristik Kepribadian

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres yang berasal dari karakteristik kepribadian dapat berupa stabilitas emosi seseorang secara umum dan ketabahan dalam menghadapi kesulitan.

c. Sosial kognitif

Dukungan sosial yang diperoleh seseorang dari lingkungannya, jaringan sosial, dan kontrol pribadi yang dirasakan individu.

d. Hubungan dengan lingkungan sosial, kesatuan dalam jaringan sosial.

e. Strategi koping yang dimiliki individu tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kondisi biologis, psikologis, dan sosiokultural, kondisi individu, karakteristik kepribadian, strategi koping, merupakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres. Kelekatan dengan hewan peliharaan merupakan faktor psikologis sekaligus koping stres yang dapat mempengaruhi tingkat stres pemiliknya jika sedang mengalami konflik dalam hidupnya.

B. *Pet Attachment*

1. Definisi *Pet Attachment*

Kelekatan terhadap hewan peliharaan (*pet attachment*) didasari oleh teori *attachment* Bowlby pada manusia. Kelekatan menurut Bowlby (1982) merupakan kecenderungan seseorang untuk mencari kedekatan dengan individu lain dan mencari kepuasan dalam hubungan dengan individu tersebut. Bowlby mengartikan kelekatan sebagai ikatan emosional yang berlangsung antara individu dengan objek kekekatannya. Objek kelekatan tersebut dapat berupa individu lain maupun objek lain seperti hewan peliharaan. Menurut Monks, kelekatan adalah mencari dan mempertahankan hubungan dengan individu tertentu. Umumnya, individu yang dipilih pertama oleh anak adalah ibu, ayah, ataupun saudara terdekatnya.

Kelekatan dengan hewan peliharaan memiliki kelebihan yang berbeda dengan kelekatan yang didapat antara individu di dalam hidupnya, hal ini dikarenakan tidak terdapat resiko penolakan saat individu memulai hubungan

dengan hewan peliharaan. Umumnya seseorang cenderung ragu untuk menjalin hubungan dengan orang lain karena khawatir mendapat penolakan, akan tetapi jika membangun hubungan dengan hewan, individu hampir tidak akan mendapat resiko penolakan. Melalui hubungan tersebut, seseorang dapat memiliki kelekatan dan ikatan emosional dengan hewan peliharaannya.

Awalnya, konsep kelekatan digunakan dalam hubungan anak dan orang tua. Kemudian, teori ini digunakan juga dalam hubungan manusia dengan hewan peliharaan karena di antara keduanya memiliki kesesuaian dengan kelekatan yang terbentuk pada orang dewasa, di mana dalam hubungan manusia dan hewan peliharaan ditemukan 4 kriteria hubungan kelekatan (Zilcha-Mano, dkk, 2011), yaitu:

- 1) *Proximity maintenance*, yaitu lebih suka berada di dekat figur kelekatan.
- 2) *Safe heaven*, yaitu figur kelekatan sebagai tempat berlindung yang aman, yang memberikan kenyamanan, dorongan, dan dukungan.
- 3) *Secure base*, yaitu figur kelekatan sebagai dasar yang aman, yang meningkatkan rasa aman, mendukung pengembangan diri, eksplorasi, maupun pengambilan resiko.
- 4) *Separation distress*, yaitu mengalami *distress* pemisahan saat figur kelekatan tidak ada untuk sementara atau selamanya.

Berdasarkan hal tersebut, Zilcha-Mano, dkk. (2011) berpendapat bahwa ikatan antara manusia dan hewan peliharaan dapat dilihat sebagai hubungan

kelekatan dan bahwa hewan peliharaan seringkali memenuhi 4 kriteria untuk figur kelekatan.

Johnson, Garrity, dan Stallone (1989), mendefinisikan *pet attachment* sebagai hubungan emosional dan interaksi antara pemilik serta anggota keluarga yang lain dengan hewan peliharaannya. Bentuk hubungan antara manusia dan hewan peliharaannya merupakan bentuk hubungan kelekatan timbal balik (*Reciprocal attachment*) dan *caregiving* dimana muncul ketergantungan antara satu dengan yang lain dan keduanya saling memberikan perhatian.

Selain itu, Beck dan Madresh (2008), Kurdek (2008), serta Zilcha-Mano dkk. (2011) merupakan beberapa contoh penelitian yang telah menggunakan istilah *pet attachment* dengan referensi dari teori kelekatan Bowlby (1982) dan Ainsworth dkk. (1978). Meskipun awalnya teori kelekatan digunakan untuk menjelaskan kelekatan bayi pada ibunya, kelekatan akan tetap memainkan peran penting sepanjang hidup manusia dan berguna untuk memahami hubungan kelekatan lain (Bowlby. 1982).

Berdasarkan argumen tersebut, peneliti-peneliti mulai memperluas penggunaan teori kelekatan di ranah hubungan orang dewasa dengan pasangan romantisnya maupun dengan figur kelekatan lain (Hazan & Shaver, 1987). Teori kelekatan juga diperluas penggunaannya untuk meneliti kelekatan individu dengan hewan peliharaan (Zilcha-Mano dkk., 2011).

2. Dimensi dan Aspek *Pet Attachment*

Dimensi *pet attachment* yang dijelaskan oleh Zilcha-Mano (2011):

a. Penghindaran Kelekatan (*The Avoidant Attachment*)

Menjelaskan seberapa jauh individu akan merasa tidak nyaman dengan kedekatan secara fisik dan emosional terhadap hewan peliharaannya. Mereka selalu berusaha menjaga jarak dan mencegah hewan peliharaannya masuk ke ruangan pribadinya.

b. Kecemasan Kelekatan (*Attachment Anxiety*)

Menjelaskan seberapa jauh seseorang merasa cemas apabila hewan peliharaannya tidak ada atau tidak mendukungnya disaat yang dibutuhkan. Seseorang akan selalu memiliki keinginan yang kuat untuk selalu dekat dengan hewan peliharaannya. Ketika seseorang memiliki nilai rendah pada dua dimensi ini, maka individu dinilai berada pada kelekatan yang aman dengan hewan peliharaannya.

Aspek-Aspek yang merefleksikan kelekatan antara manusia dan peliharaannya Menurut Johnson dkk. yaitu:

a. Kelekatan Umum (*General Attachment*), menggambarkan kelekatan yang dimiliki pemilik hewan peliharaan dengan hewan peliharaannya secara umum dengan saling menyayangi dan merasa disayangi.

b. Menggantikan Individu (*People Substituting*), menunjukkan posisi hewan peliharaan yang lebih sentral dalam kehidupan pemiliknya dan dapat menggantikan posisi manusia.

- c. Hak Hewan-Hewan/ Kesejahteraan Hewan (*Animals Right/ Animal Welfare*), yaitu gambaran akan hak dan status hewan dalam kehidupan rumah tangga pemiliknya.

Berdasarkan aspek-aspek di atas, penelitian ini merujuk pada dimensi milik Zilcha-Mano yaitu penghindaran kelekatan dan kecemasan kelekatan. Hal ini dikarenakan dimensi-dimensi tersebut sesuai dengan definisi *pet attachment* yang dimaksud oleh peneliti.

C. Hubungan *Pet Attachment* dengan Tingkat Stres

Mahasiswa dituntut untuk lebih dewasa dalam pemikiran, tindakan, serta perilakunya, karena semakin tinggi pendidikannya, maka semakin tinggi pula tekanan yang dihadapi dalam segala aspek (Savira & Suharsono, 2013). Kemudian, kesulitan-kesulitan tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang pada akhirnya menimbulkan ketegangan, kekhawatiran, stres, rendah diri, frustrasi, dan kehilangan motivasi, yang kemudian menyebabkan mahasiswa menunda menyelesaikan tugas (Mu'tadin, 2002).

Banyak penelitian yang sudah membuktikan manfaat dari memiliki hewan peliharaan. Hewan peliharaan memiliki pengaruh positif pada kesehatan seseorang baik dalam segi fisik maupun psikologis. Kehadiran hewan peliharaan dapat menciptakan dukungan sosial bagi pemiliknya. Pemilihan kucing dan anjing sebagai hewan peliharaan yang dimaksud dalam penelitian ini dikarenakan memelihara kucing dapat menjadi sumber cinta,

kebahagiaan, kasih sayang, dan persahabatan (Zasloff, 1996). Kemudian, berinteraksi dengan anjing juga dapat menstimulasi perasaan yang menyenangkan, persahabatan, dan komunikasi verbal (Mossello et al., 2011). Jenis hewan peliharaan kecil seperti burung dan kelinci juga mampu memenuhi berbagai kebutuhan psikologis (Loughlin dan Dowrick, 1993 dalam Zasloff, 1996). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Harmon & Dayanim (2015) hewan peliharaan mampu mengurangi masalah kesehatan pemiliknya seperti tekanan darah, kecemasan, stroke, dan depresi.

Dengan berinteraksi dan menjalin kedekatan dengan hewan peliharaan akan membentuk kelekatan antara pemilik hewan dengan hewan peliharaannya. Beraktivitas dengan hewan peliharaan seperti memberi makan atau mengajak jalan-jalan dapat membuat individu merasa diperlukan dan berguna bagi sesama. Dukungan sosial yang diberikan hewan peliharaan dapat meningkatkan perasaan senang yang menjadi salah satu *coping stress* yang baik sehingga dapat mengurangi tingkat stres pemiliknya (Juliadila & Hastuti, 2019). Penelitian yang diteliti oleh Budiman (2019), menyimpulkan bahwa pemilik kucing diketahui memiliki perasaan tenang dan bahagia ketika sedang bersama kucing peliharaannya.

Kelekatan memiliki dua tipe, yaitu kelekatan aman dan tidak aman. Kelekatan hewan peliharaan yang aman digambarkan dengan hewan peliharaan yang dapat menghibur, menciptakan rasa aman yang berkelanjutan, dan penghargaan diri yang positif. Sedangkan kelekatan yang

tidak aman terhadap hewan peliharaannya digambarkan dengan sosok hewan peliharaan tidak dapat diandalkan dalam memberikan dukungan karena individu menganggap hewan peliharaannya tidak cukup responsif untuk memenuhi kebutuhannya.

D. Hipotesis

Berdasarkan telaah di atas, peneliti mengajukan hipotesis penelitian yaitu:

1. *Attachment Avoidant* memprediksi tingkat stres
2. *Attachment Anxiety* memprediksi tingkat stres

Individu yang memiliki kelekatan yang tidak aman terhadap hewan peliharaannya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, sedangkan individu yang memiliki kelekatan yang aman terhadap hewan peliharaannya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah.

BAB III

DESAIN PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional. Metode pengumpulan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2008). Terdapat dua variabel yang akan diukur pada penelitian ini yaitu *pet attachment* dan stres.

Stres merupakan kondisi mental dan emosional yang terganggu, yang terjadi akibat respon dari luar diri mempengaruhi kesehatan fisik, dimana respon terhadap stres diwujudkan dan melibatkan perubahan fisiologis, reaksi kognitif, reaksi emosional, dan respon perilaku (Cohen, 1988). Secara operasional, tingkat stres adalah skor total responden dalam skala *Perceived Stress Scale-10* dengan aspek-aspek (1) Perasaan yang tidak dapat diprediksi, (2) Perasaan tidak terkontrol, (3) Perasaan tertekan. Semakin tinggi skor dalam skala tingkat stres maka semakin tinggi tingkat stres individu, dan sebaliknya.

Pet Attachment memiliki kesesuaian dengan *attachment* yang terbentuk pada orang dewasa dikarenakan hubungan manusia dan hewan peliharaan seringkali memenuhi empat kriteria hubungan kelekatan yaitu: pemeliharaan kedekatan, tempat berlindung yang aman, basis yang aman, dan gangguan pemisahan (Zilcha-Mano, 2011). Secara operasional *pet attachment* dapat diketahui melalui skor yang dihasilkan alat ukur *Pet Attachment Questionnaire*

yang direfleksikan dari dua dimensi ortogonal yaitu *Avoidant* dan *Attachment Anxiety*. Kedua dimensi tersebut tidak dapat dijumlahkan secara keseluruhan.

B. Responden Penelitian

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang masih mengikuti perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir. Selain itu, responden juga memiliki hewan peliharaan seperti kucing, anjing, kelinci, ataupun burung, berinteraksi secara aktif dengan hewan peliharaannya dan sudah memelihara hewan peliharaannya selama minimal 6 bulan. Hal ini berdasarkan pertimbangan dari penelitian-penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maeko (2022) dan penelitian yang dilakukan oleh Juliadila (2018).

C. Pengukuran

1. Stres

Skala untuk mengukur tingkat stres menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Cohen et al., (1983) yaitu *Perceived Stress Scale* atau PSS-10. Alat ukur PSS-10 dalam penelitian ini sudah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Lim (2018). Alat ukur ini telah diberikan kepada mahasiswa yang sedang aktif berkuliah dalam penelitian yang dilakukan oleh Lim (2018) sehingga sesuai dengan kriteria responden yang akan diteliti pada penelitian ini yaitu mahasiswa aktif. Sebelum mengisi beberapa pertanyaan pada alat ukur *Perceived Stress Scale-10*, responden diminta untuk memikirkan hal-hal dalam kehidupan sehari-hari selama satu bulan terakhir

yang membuat mereka stres seperti kurang istirahat, merasa kesepian dan lain sebagainya, di luar kejadian-kejadian besar seperti terkena bencana alam, penyakit yang mengancam nyawa dan lain sebagainya.

Salah satu contoh aitem yang terdapat dalam PSS-10 ini yaitu “Selama satu bulan terakhir, seberapa sering anda merasa kesal karena sesuatu yang terjadi secara tak terduga?” dengan pilihan jawaban menggunakan skala Likert, mulai dari tidak pernah (TP), hampir tidak pernah (HTP), kadang-kadang (KK), cukup sering (CS), dan sangat sering (SS). Setiap pilihan jawaban pada butir positif diberikan skor angka sebagai berikut: tidak pernah (0), hampir tidak pernah (1), kadang-kadang (2), cukup sering (3), dan sangat sering (4). Setiap pilihan jawaban pada butir negatif diberikan skor dengan cara sebaliknya: tidak pernah (4), hampir tidak pernah (3), kadang-kadang (2), cukup sering (1), dan sangat sering (0). Semakin tinggi skor variabel stres, maka semakin tinggi stres yang dirasakan.

Table 1.
Sebaran aitem skala Perceived Stress Scale-10 (PSS-10)

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Perasaan yang tidak dapat diprediksi	1	4,5	3 aitem
Perasaan tidak terkontrol	2,6,9	7,8	5 aitem
Perasaan tertekan	3,10	-	2 aitem
TOTAL	6 aitem	4 aitem	10 aitem

Uji Validitas dilakukan untuk menguji valid atau tidaknya suatu

kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner tersebut mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut (Ghozali dalam Gunawan, 2016). Uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan *Exploratory Factor Analysis* (EFA).

Pada tahap awal data disaring dengan melihat nilai KMO dan *Bartlett's Test* untuk mengetahui variabel yang dipakai memiliki korelasi dan sampel yang cukup. Analisis faktor dapat dilanjutkan jika nilai KMO lebih besar dari 0.50 dan nilai *Bartlett's Test* dibawah 0.05 (Ghozali, 2016). Kemudian struktur faktor dikatakan telah *fit* ketika *factor loading* >0.3 sehingga tidak terdapat *crossloading* dan dalam dan dalam satu faktor minimal memiliki tiga aitem (Costello dan Osborne dalam Iedliany, 2018).

Table 2.
KMO dan Bartlett Test Perceived Stress Scale-10

KMO	<i>Bartlett's Test</i>
0.839	<0.001

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa nilai KMO >0.50 dan nilai *Bartlett's Test* <0.05. Hal tersebut menunjukkan bahwa data ini memenuhi syarat untuk dilakukan analisis selanjutnya.

Selanjutnya berdasarkan hasil uji EFA, diketahui bahwa aitem-aitem pada *Perceived Stress Scale-10* terbagi menjadi dua faktor. Faktor 1 (PSS1, PSS2, PSS3, PSS6, PSS9, PSS10) dan faktor 2 (PSS4, PSS5, PSS7, PSS8). Hasil *factor loadings* antara 0.557 hingga 0.791.

Selanjutnya yaitu dilakukan uji reliabilitas untuk menguji sebuah skala yang merupakan indikator dari sebuah variable. Skala atau alat ukur dapat dikatakan reliabel ketika jawaban responden terhadap pernyataan konsisten dari waktu ke waktu. Suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel jika nilai Cronbach Alpha $>0,60$ (Ghozali dalam Gunawan, 2016). Pengujian reliabilitas alat ukur menggunakan *software* Jamovi.

Skala PSS-10 memiliki 10 butir aitem pernyataan. Pada hasil uji reliabilitas didapatkan Cronbach Alpha sebesar 0.842 dengan nilai *item-rest correlation* berada di antara 0.340 hingga 0.684. Tidak terdapat aitem yang gugur dalam uji reliabilitas sehingga disimpulkan bahwa jumlah aitem yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 10 butir aitem.

2. *Pet Attachment*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur *pet attachment* adalah *Pet Attachment Questionnaire* (PAQ) yang berisi 26 aitem pernyataan. Skala PAQ ini dikembangkan oleh Zilcha-Mano (2011) dan sudah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Maeko (2021). Alat ukur ini telah diberikan kepada responden berusia 15-55 tahun dengan pendidikan minimal SMP dalam penelitian yang dilakukan oleh Maeko (2022) sehingga sesuai dengan responden yang akan diteliti oleh peneliti yaitu mahasiswa aktif dari semester awal hingga mahasiswa semester akhir. Pada skala *Pet Attachment Questionnaire* responden diminta untuk memikirkan hewan peliharaan yang

paling dekat dengan responden jika memiliki lebih dari satu hewan peliharaan dan menjawab pertanyaan sesuai dengan hubungan responden dengan hewan peliharaannya tersebut. Identitas responden sepenuhnya dijaga kerahasiaannya dengan boleh mencantumkan nama asli atau inisial. Peneliti melakukan pengaturan agar responden hanya dapat mengisi kuesioner satu kali saja.

Salah satu contoh aitem yang terdapat dalam alat ukur PAQ ini yaitu “Saya merasa nyaman berada dekat dengan hewan peliharaan saya” dengan kemungkinan jawaban pada setiap aitem berupa skala dengan rentang 1=sangat tidak setuju,...,4=netral,...,7=sangat setuju.

Table 3.
Sebaran aitem skala Pet Attachment Questionnaire (PAQ)

Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Penghindaraan Kelekatan (<i>The Avoidant</i>)	3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25	1	13 aitem
Kecemasan Kelekatan (<i>Attachment Anxiety</i>)	2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26	-	13 aitem
Total	25 aitem	1 aitem	26 aitem

Table 4.
KMO dan Bartlett's Test Pet Attachment Questionnaire

KMO	<i>Bartlett's Test</i>
0.875	<0.001

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa nilai KMO >0.50 dan nilai *Bartlett's Test* <0.05 . Hal tersebut menunjukkan bahwa data ini memenuhi syarat untuk dilakukan analisis selanjutnya.

Selanjutnya berdasarkan hasil uji EFA, diketahui bahwa aitem-aitem pada *Pet Attachment Questionnaire* terbagi menjadi dua faktor. Faktor 1 (PAQ1, PAQ3, PAQ5, PAQ7, PAQ9, PAQ11, PAQ13, PAQ15, PAQ17, PAQ19, PAQ21, PAQ23, PAQ25) dan faktor 2 (PAQ4, PAQ6, PAQ10, PAQ12, PAQ14, PAQ16, PAQ18, PAQ20, PAQ22, PAQ24, PAQ26). Hasil *factor loadings* antara 0.408 hingga 0.802.

Selanjutnya yaitu hasil uji reliabilitas skala PAQ yang memiliki 26 butir aitem pertanyaan. Pada hasil uji reliabilitas mulanya didapatkan Cronbach Alpha sebesar 0.834 dengan *item-rest correlation* berada di antara -0.0754 hingga 0.5297. Aitem yang memiliki nilai *item-rest correlation* <0.25 perlu dieliminasi. Adapun aitem yang gugur yaitu aitem nomor 2 dan aitem nomor 8, sehingga skala yang semula terdiri dari 26 aitem menjadi 24 aitem. Cronbach Alpha yang didapat setelah dilakukan eliminasi aitem yaitu 0.852 dengan *item-rest correlation* berada di antara 0.114 hingga 0.549.

D. Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur *Perceived Stress Scale-10* dan *Pet Attachment Questionnaire* yang sudah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia. Peneliti menghubungi peneliti sebelumnya yang sudah mengadaptasi alat ukur

tersebut untuk meminta izin untuk menggunakan dan meminta instrumen yang sudah diadaptasi dalam Bahasa Indonesia. Selanjutnya, peneliti menyiapkan kuesioner dan membuat Google Form yang berisi pernyataan kesediaan responden, identitas, dan aitem-aitem dalam skala penelitian. Peneliti menyebarkan informasi pengisian *Google Form* melalui sosial media seperti *WhatsApp*, *Instagram* dan *Line* yang dilengkapi dengan poster dan kalimat *broadcast*. Peneliti juga menyebarkan poster penelitian ke beberapa *petshop* terdekat agar pengunjung *petshop* yang sesuai dengan kriteria responden dapat mengisi kuesioner penelitian.

Setelah data kuantitatif berhasil terkumpul, hasil pengisian kuesioner akan diseleksi sesuai dengan kriteria yang dimaksud peneliti. Kemudian, peneliti melakukan uji reliabilitas pada 167 responden untuk *Perceived Stress Scale-10* dan *Pet Attachment Questionnaire*. Lalu mengeliminasi aitem-aitem yang memiliki korelasi antar aitem kurang dari 0,25. Hasilnya, alat ukur *Perceived Stress Scale-10* tidak mengalami pengurangan aitem, sedangkan alat ukur *Pet Attachment Questionnaire* mengalami pengurangan 2 aitem yaitu aitem nomor 2 dan 8.

Selanjutnya, analisis data yang dilakukan yaitu analisis korelasi dengan *software* Jamovi. Berikut adalah langkah analisis data menggunakan uji korelasi:

1. Uji Asumsi

Uji Asumsi yang dilakukan pada penelitian ini yaitu, uji

normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah dalam suatu model korelasi residual terdistribusi dengan normal (Ghozali dalam Gunawan, 2016). Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan *Attachment Avoidant* dan *Attachment Anxiety* terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa. Data yang baik seharusnya memiliki hubungan yang linear antara variabel bebas dan terikat (Ghozali, 2018).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini yaitu menggunakan uji korelasi untuk melihat bagaimana hubungan kedua dimensi *pet attachment* yaitu *attachment avoidant* dan *attachment anxiety* terhadap tingkat stres pada mahasiswa.

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 167 mahasiswa aktif yang sudah memelihara hewan peliharaan seperti kucing, anjing, kelinci ataupun burung selama minimal 6 bulan. Rentang usia subjek dalam penelitian ini adalah 19-28 tahun. Berikut ini merupakan deskripsi subjek penelitian berdasarkan kategorinya:

Table 5.
Deskripsi Subjek Penelitian

Aspek Demografi	Kategori	n	%	
Usia	19	3	1,8%	
	20	18	10,8%	
	21	69	41,3%	
	22	59	35,3%	
	23	11	6,6%	
	24	2	1,2%	
	25	1	0,6%	
	26	3	1,8%	
	28	1	0,6%	
	Semester	2	3	1,8%
		4	1	0,6%
		6	17	10,2%
		7	10	6,0%
		8	128	76,6%
9		3	1,8%	
10		4	2,4%	
Hewan Peliharaan	14	1	0,6%	
	Kucing	143	85,6%	
	Kelinci	7	4,2%	
	Anjing	6	3,6%	
Lama Memelihara	Burung	11	6,6%	
	6-11 Bulan	12	7,2%	
	1-5 Tahun	111	66,5%	
	6-10 Tahun	29	17,4%	

	11-15 Tahun	10	6,0%
	>15 Tahun	5	3,0%
Total		167	100%

Usia mayoritas subjek adalah 21 tahun dengan persentase 41,3%, diikuti usia 22 tahun sebesar 35,3%, lalu 20 tahun sebesar 10,8%. Berdasarkan semesternya, mayoritas subjek merupakan mahasiswa semester 8 dengan persentase 76,6%. Selanjutnya, mayoritas subjek memelihara hewan peliharaan berupa kucing dengan persentase 85,6%. Mayoritas subjek sudah memelihara hewan peliharaan mereka selama 1-5 Tahun dengan persentase 66,5%.

B. Deskripsi Data Penelitian

Table 6.
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	SD	Max	Min	Mean	SD
<i>Pet Attachment</i>	168	24	96	24	131	32	65.61	18.17
Stres	40	0	20	6.6	38	4	19.43	6.14

Table 7.
Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Rentang Nilai
Rendah	$X < \mu - 1 \sigma$
Sedang	$\mu - 1 \sigma \leq X < \mu + 1 \sigma$
Tinggi	$X > \mu + 1 \sigma$

Berdasarkan norma di atas, maka 167 partisipan penelitian dapat dikategorisasikan ke dalam tiga kategori dalam variabel *pet attachment* dan stres.

Table 8.
Kategorisasi Variabel Pet Attachment

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 72$	114	68.3%
Sedang	$72 \leq X < 120$	51	30.5%
Tinggi	$X > 120$	2	1.2%
Total		167	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat diketahui tingkat *pet attachment* dengan kategori rendah sejumlah 114 partisipan (68.3%), kategori sedang sejumlah 51 partisipan (30.5%), dan kategori tinggi sejumlah 2 partisipan (1.2%). Kategori dengan persentase tertinggi berada pada kategori rendah yaitu sebesar 68.3% atau 114 partisipan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dikatakan bahwa mayoritas responden memiliki kelekatan yang aman dengan hewan peliharaannya.

Table 9.
Kategorisasi Variabel Stres

Kategorisasi	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 13.3$	24	14.4%
Sedang	$13.3 \leq X < 26.6$	121	72.5%
Tinggi	$X > 26.6$	22	13.2%
Total		167	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat diketahui tingkat stres dengan kategori rendah sebanyak 24 partisipan (14.4%), kategori sedang sebanyak 121 partisipan (72.5%), dan kategori tinggi sebanyak 22 partisipan (13.2%). Kategori dengan persentase tertinggi berada pada kategori sedang yaitu sebesar 72.5% atau sebanyak 121 partisipan.

C. Hasil Analisis Statistik

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah dalam model korelasi, data berdistribusi normal. Sebuah data dikatakan terdistribusi dengan normal apabila memiliki nilai $p > 0.05$. Sedangkan tidak terdistribusi dengan normal apabila $p < 0.05$. Berdasarkan Uji Kolmogorov-Smirnov hasil uji normalitas memiliki nilai signifikansi sebesar 0.987 ($p > 0.05$) yang artinya data terdistribusi dengan normal.

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas dilakukan untuk melihat spesifikasi model yang digunakan sudah benar atau tidak. Penilaian dapat dilihat dari nilai p apabila $p < 0.05$ maka kedua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear. Berikut merupakan hasil uji linearitas pada penelitian ini:

Table 10.
Uji Linearitas

Variabel	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
<i>Avoidant Attachment</i> dan Tingkat Stres	0.973	Tidak Linear
<i>Anxiety Attachment</i> dan Tingkat Stres	<0.001	Linear

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui nilai $p > 0.05$. Maka dapat disimpulkan bahwa antara *Avoidant Attachment* dan Tingkat Stres tidak memiliki hubungan yang linear. Sedangkan antara *Anxiety Attachment* dan Tingkat Stres didapatkan nilai $p < 0.05$ yang berarti memiliki hubungan yang linear.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan proses pengujian untuk mengetahui adanya hubungan antara pet attachment dan tingkat stres pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan teknik non parametrik Rank Spearman untuk menguji hubungan Avoidant Attachment dan Tingkat stres. Sedangkan untuk menguji hubungan antara Anxiety Attachment dan Tingkat Stres pada mahasiswa menggunakan teknik parametrik pearson product moment. Berikut merupakan hasil uji korelasi dalam penelitian ini:

Table 11.
Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi (R)	Koefisien Signifikansi (p)	Keterangan
<i>Attachment Avoidant</i> dan Tingkat Stres	-0.025	0.750	Tidak Signifikan
<i>Attachment Anxiety</i> dan Tingkat Stres	0.282	<0.001	Signifikan

Pada gambar tabel di atas menunjukkan bahwa *Attachment Avoidant* dan Tingkat Stres memiliki nilai koefisien korelasi $R = -0.025$ dengan signifikansi 0.750 ($p > 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa *Attachment Avoidant* tidak berkorelasi terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa. Sedangkan *Attachment Anxiety* dan Tingkat Stres memiliki nilai koefisien $R = 0.282$ dengan signifikansi < 0.001 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa *Attachment Anxiety* memiliki korelasi terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa.

3. Analisis Tambahan

Analisis tambahan yang dilakukan pada penelitian ini adalah uji beda dengan menggunakan *one way ANOVA* untuk jenis hewan peliharaan, lama memelihara dan semester.

a. Uji Beda Stres dan Pet Attachment berdasarkan jenis hewan peliharaan

Table 12.

Hasil uji beda *one way ANOVA* berdasarkan jenis hewan peliharaan

Variabel	Jenis Hewan Peliharaan	N	Mean	Sig (p)	Keterangan
Stres	Kucing	143	19.40	0.590	Tidak Signifikan
	Anjing	6	22.50		
	Kelinci	7	18.00		
	Burung	11	19.00		
<i>Attachment Avoidant</i>	Kucing	143	27.76	0.001	Signifikan
	Anjing	6	23.16		
	Kelinci	7	25.14		
	Burung	11	42.36		
<i>Attachment Anxiety</i>	Kucing	143	36.96	0.886	Tidak Signifikan
	Anjing	6	39.83		
	Kelinci	7	35.57		
	Burung	11	39.18		

Tabel di atas menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan pada variabel stres jika dibedakan berdasarkan jenis hewan yang dipelihara oleh subjek $p=0.590$ ($p>0.05$), dan adanya perbedaan yang signifikan pada variabel *attachment avoidant* $p=0.001$ ($p<0.05$), sedangkan pada variabel *attachment anxiety* juga menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan $p=0.886$ ($p>0.05$). Rata-rata stres terbesar ditemukan pada subjek yang memelihara anjing, sedangkan rata-rata *attachment avoidant* terbesar ditemukan pada subjek yang memelihara burung dan rata-rata *attachment*

anxiety terbesar ditemukan pada subjek yang memelihara anjing.

b. Uji beda Stres dan Pet Attachment berdasarkan lama memelihara hewan peliharaan

Table 13.
Hasil uji beda Stres dan Pet Attachment berdasarkan lama memelihara hewan peliharaan

Variabel	Jenis Hewan Peliharaan	N	Mean	Sig (p)	Keterangan
Stres	6-11 Bulan	16	17.50	0.054	Tidak Signifikan
	1-5 Tahun	110	19.93		
	6-10 Tahun	25	16.88		
	11-15 Tahun	11	22.09		
	>15 Tahun	5	21.40		
<i>Attachment Avoidant</i>	6-11 Bulan	16	29.31	0.573	Tidak Signifikan
	1-5 Tahun	110	29.11		
	6-10 Tahun	25	28.20		
	11-15 Tahun	11	23.72		
	>15 Tahun	5	22.80		
<i>Attachment Anxiety</i>	6-11 Bulan	16	33.75	1.210	Tidak Signifikan
	1-5 Tahun	110	38.15		
	6-10 Tahun	25	34.80		
	11-15 Tahun	11	34.09		
	>15 Tahun	5	44.60		

Tabel di atas menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan pada variabel stres jika dibedakan berdasarkan lama subjek memelihara hewan peliharaannya $p=0.054$ ($p>0.05$), begitu juga pada variabel *attachment avoidant* $p=0.573$ ($p>0.05$), dan pada variabel *attachment anxiety* juga menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan $p=1.210$ ($p>0.05$). Rata-rata stres terbesar ditemukan pada subjek yang sudah memelihara hewan peliharaannya selama 11-15 tahun, sedangkan rata-rata *attachment*

avoidant terbesar ditemukan pada subjek yang sudah memelihara hewan peliharaannya selama 6-11 bulan, dan rata-rata *attachment anxiety* terbesar ditemukan pada subjek yang sudah memelihara hewan peliharaannya selama 1-5 tahun.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terkait hubungan *pet attachment* dan tingkat stres pada mahasiswa. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang memiliki hewan peliharaan kucing, anjing, kelinci, ataupun burung selama minimal selama 6 bulan.

Uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa hubungan *Attachment Avoidant* dan Tingkat Stres memiliki nilai koefisien korelasi $R = -0.025$ dengan signifikansi 0.750 ($p > 0.05$) yang artinya *Attachment Avoidant* tidak berkorelasi terhadap stres. Hewan peliharaan juga tidak dapat memberikan dampak positif bagi individu, jika individu tidak menikmati kebersamaan dengan hewan peliharaan (Stewart dan Strickland, 2013). Sedangkan *attachment avoidant* sendiri merupakan dimensi dari *pet attachment* yang menjelaskan individu yang cenderung menghindari dari hewan peliharaannya sehingga membuat pemiliknya sulit untuk bergantung pada hewan peliharaannya (Zilcha-Mano, 2011)

Sedangkan *Attachment Anxiety* dan Tingkat Stres diketahui memiliki nilai koefisien $R = 0.282$ dengan signifikansi < 0.001 ($p < 0.05$) yang artinya *Attachment Anxiety* memiliki korelasi terhadap stres. Penelitian yang dilakukan oleh Pendry,

dkk. (2020) menemukan bahwa 10 menit *Human-Animal Interaction* (HAI) secara langsung dengan anjing dan kucing peliharaan secara signifikan mengurangi tingkat hormon kortisol pada siswa, tanda Axis Hypothalamic Pituitary Adrenal (HPA) yaitu salah satu sistem sensitif stres tubuh terhubung dengan perkembangan gangguan stres. Individu dengan tingkat *attachment anxiety* yang tinggi atau *attachment avoidant* yang tinggi akan menimbulkan stres lain terhadap dirinya sehingga individu yang memiliki tingkat *anxiety* dan *avoidant* yang rendah memiliki batas kelekatan yang aman terhadap peliharaan mereka (Zilcha-Mano, dkk., 2011).

Berdasarkan jenis hewan peliharaan, *Avoidant Attachment* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pemilik kucing, anjing, kelinci dengan pemilik burung. Berdasarkan wawancara tambahan yang dilakukan dengan dua orang responden yang memelihara burung, mereka mengatakan bahwa durasi mereka berinteraksi dengan burung peliharaan mereka hanya sedikit, yaitu hanya sekitar lima kali dalam seminggu ketika sedang bosan atau hanya ketika memberi makan burung mereka. Interaksi dengan burung juga berbeda dengan interaksi dengan kucing, anjing, ataupun kelinci yang cenderung lebih dekat dengan pemiliknya, interaksi dengan burung hanya sebatas memasukkan jari ke dalam sangkar dan membiarkan jari pemilik dipatuk oleh burung peliharaannya.

Sedangkan, jika *Anxiety Attachment* ditinjau dari jenis hewan peliharaan yang dimiliki menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan pada

pemilik kucing, anjing, kelinci, maupun burung. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Wu, dkk. (2018) yang menemukan bahwa orang yang memiliki anjing cenderung lebih terikat pada hewan peliharaannya dibanding orang yang memiliki kucing. Manfaat hewan sebagai sebuah terapi kesehatan manusia salah satunya adalah pada kucing. Dengkuran yang dihasilkan kucing memiliki manfaat untuk mengurangi stres pada manusia, saat individu berinteraksi dengan memeluk, membelai serta mendengarkan dengkuran kucing maka dapat merenggangkan saraf-saraf hingga membuat relaksasi (Juliadilla & Hastuti H., 2019).

Berdasarkan lama memelihara, *attachment avoidant dan anxiety* menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan. Hal ini berbeda dengan temuan pada penelitian yang dilakukan oleh Wu, dkk. (2018) yang memaparkan bahwa durasi kepemilikan yang lebih lama dan lebih banyak waktu yang dihabiskan untuk merawat hewan peliharaan menyebabkan keterikatan yang lebih besar. Begitu pula menurut Smolkovic, dkk. (2012), pemilik yang sudah memelihara hewan peliharaannya selama 3 tahun atau lebih memiliki kelekatan yang lebih kuat.

Terdapat keterbatasan dalam penelitian ini yang perlu diperbaiki. Pertama, terbatasnya jenis hewan peliharaan yang diuji dalam penelitian ini, yaitu hanya kucing, anjing, kelinci, dan burung. Jenis hewan peliharaan lainnya tidak diteliti dalam penelitian ini. Kedua, faktor lain yang mempengaruhi *pet attachment* dan stres seperti jenis kelamin tidak dipertimbangkan dalam penelitian ini. Sehingga

peneliti tidak dapat melihat bagaimana perbandingan *pet attachment* dan stres antara laki-laki dan perempuan. Ketiga, stres mahasiswa yang dibahas dalam penelitian ini adalah stres secara umum, tidak hanya terfokus pada stres akademik.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *Attachment Avoidant* tidak memiliki korelasi terhadap stres, sedangkan *attachment anxiety* memiliki korelasi terhadap stres.

BAB V
PENUTUP
A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa *attachment avoidant* tidak berkorelasi dan *attachment anxiety* berkorelasi terhadap tingkat stres pada mahasiswa. Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan bahwa *attachment avoidant* memiliki hubungan terhadap tingkat stres ditolak. Sedangkan hipotesis yang menyebutkan bahwa *attachment anxiety* memiliki hubungan terhadap tingkat stres dapat diterima,

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan beberapa saran, diantaranya yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, *attachment anxiety* berkorelasi positif terhadap stres, sehingga saran yang dapat diberikan peneliti kepada mahasiswa yang memelihara hewan peliharaan yaitu untuk membangun kelekatan yang aman dengan hewan peliharaannya dengan tidak merasa cemas berlebih sehingga merasa terganggu bahwa sesuatu yang buruk mungkin terjadi pada hewan peliharaannya dan juga tidak merasa frustrasi berlebih jika hewan peliharaannya tidak sedekat yang diinginkan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran yang dapat diberikan peneliti terhadap peneliti selanjutnya

yaitu untuk dapat menambah jumlah partisipan serta memperluas responden dengan jenis hewan peliharaan yang lebih beragam. Serta untuk peneliti selanjutnya yang ingin membahas terkait tingkat stres pada mahasiswa, untuk memfokuskan penelitian pada stres akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2009). Ketika stres beraksi Islam punya solusi. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 3(1), 148-166.
- Agusmar, A. Y., Vani, A. T., & Wahyuni, S. (2019). Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2018 dengan angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Health and Medical Journal*, 1(2), 34-38.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Andriani, S. (2017). Uji Park Dan Uji Breusch Pagan Godfrey Dalam Pendeteksian Heteroskedastisitas Pada Analisis Regresi. *Al-Jabar: Jurnal Pendidikan Matematika*, 8(1), 63-72.
- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., ... & Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization world mental health surveys. *Psychological medicine*, 46(14), 2955-2970.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- As'ari, Z. Q. (2021, December). Hubungan Pet Attachment Terhadap Subjective Well-Being Pemilik Hewan Saat Pandemi. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 4).
- Aulia, I. (2020). *Hubungan antara memelihara hewan dan tingkat stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan* (Doctoral dissertation, Universitas Pelita Harapan).
- Avanda, M. R. (2022). *Hubungan kelekatan hewan peliharaan dengan tingkat stress mahasiswa di Surabaya selama masa pandemi Covid-19* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Budiman, A. T. (2019). Peran Attachment Terhadap Kebahagiaan Pemilik Hewan Peliharaan di Kota Banjarmasin. Skripsi. Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
- Beck, L., & Madresh, E. A. (2008). Romantic partners and four-legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoös*, 21(1), 43-56.
- Cenceng, C. (2015). Perilaku Kelekatan Pada Anak Usia Dini (Perspektif John Bowlby). *LENTERA*, 17(2).
- cnnindonesia.com. (2021, 22 Oktober). Diduga Stres Tugas Kuliah, Mahasiswi di Yogya Bunuh Diri. Diakses pada 8 Mei 2023, dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20211022132907-12-710976/diduga-stres-tugas-kuliah-mahasiswi-di-yogya-bunuh-diri>.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. (24), 385 - 396.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1994). Perceived stress scale.

- Measuring stress: A guide for health and social scientists*, 10(2), 1-2.
- Diana, W. E. (2020). *Hubungan Pet Attachment Dan Stres Pemilik Hewan* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Fitasari, I. N. (2011). *Faktor yang berhubungan dengan kejadian stres pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Fitriyana, R. N. (2014). Orientasi Kelekatan dan Reaksi Duka Cita Akibat Kematian Hewan Peliharaan. *Cognicia*, 2(2).
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi* ISSN, 854, 7108.
- Garrity, T.F., Stallones, L., Mark, M.B & Johnson, T.P. 1989. Pet Ownership and Attachment as Supportive Faktor in the Health of the Eldery. *Antozoos*, 3(1), 35-44
- Gunawan, A. A., & Sunardi, H. P. (2016). Pengaruh kompensasi dan disiplin kerja terhadap kinerja karyawan pada pt gesit nusa tangguh. *Ilmiah Manajemen Bisnis*.
- Harmon, K., & Dayanim, S. (2015). The Effect of Pet Ownership on Graduate Student Stress. *Research Gate Publication*, 1-15.
- Hazan, C. & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. Dalam K. Bartholomew & D. Perlman (Eds). *Advances in Personal Relationships*, Vol. 5. Attachment Processes In Adulthood (hh. 151-178). Jessica Kingsley.
- Iedliany, F., Fahmie, A., & Kusriani, E. (2018). Pengembangan dan validasi instrumen pengukuran efektivitas tim di usaha mikro kecil dan menengah (UMKM). *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 177-196.
- Juliadilla, R. (2019). Peran Pet (Hewan Peliharaan) Pada Tingkat Stres Pegawai Purnatugas. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 153-175.
- Laili, R. A. N. (2021). *PET ATTACHMENT SEBAGAI STRATEGI KOPING UNTUK MENGURANGI STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Lim, M. T. A. F., & Kartasasmita, S. (2018). Dukungan internal atau eksternal; self-compassion dan perceived social support sebagai prediktor stres. *Jurnal muara ilmu sosial, humaniora, dan seni*, 2(2), 551-562.
- Lukluk, A. Z., dan Bandiyah, S. (2011). Psikologi Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nugrahaeni, H. S. (2016). Hubungan Antara Pet Attachment Dengan Kualitas Hidup Pada Pemilik Hewan Peliharaan. *Universitas Negeri Semarang*.
- Nurmala, M. D., Wibowo, T. U. S. H., & Rachmayani, A. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2).

- Maeko, K., & Sahrani, R. (2022, April). The Role of Self-Compassion as a Moderator between Attachment to Companion Animal and Perceived Stress. In *3rd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2021)* (pp. 1374-1381). Atlantis Press.
- Meidiyustiani, R. (2016). Pengaruh Modal Kerja, Ukuran Perusahaan, Pertumbuhan Penjualan dan Likuiditas terhadap Profitabilitas pada perusahaan manufaktur sektor industri barang konsumsi yang terdaftar di Bursa Efek Indonesia (BEI) periode tahun 2010–2014. *Jurnal Akuntansi dan Keuangan*, 5(2), 41-59.
- Mossello, E., Ridolfi, A., Mello, A. M., Lorenzini, G., Mugnai, F., Piccini, C., Barone, D., Peruzzi, A., Masotti, G., & Marchionni, N. (2011). Animal- assisted activity and emotional status of patients with Alzheimer’s disease in day care. *International Psychogeriatrics*, 23(6), 899–905.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20 (2), 74.
- Muslim, M. (2020). MANAJEMEN STRESS PADA MASA PANDEMI COVID-19. *ESENSI:Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201. <https://doi.org/10.55886/esensi.v23i2.205>
- Muttaqin, D., Yunanto, T. A. R., Fitria, A. Z. N., Ramadhanty, A. M., & Lempang, G. F. (2020). Properti psikometri Self-Compassion Scale versi Indonesia: Struktur faktor, reliabilitas, dan validitas kriteria. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 189-208.
- Pendry, P., & Vandagriff, J. L. (2019). Animal visitation program (AVP) reduces cortisol levels of university students: A randomized controlled trial. *Aera Open*, 5(2), 2332858419852592.
- Purnami, C. T., & Sawitri, D. R. (2019). Instrumen “perceive stress scale” online sebagai alternatif alat pengukur tingkat stress secara mudah dan cepat.
- Rahmawan, F. R., & Selviana, S. (2021). Hubungan Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(1), 1-9.
- Ross, S.E., Niebling, B.C., Heckert, T.M. (2008). Sources of stress among college students. *College Student Journal*, 33(2), 312-317.
- Ruhmadi, E., Suwartika, I., & Nurdin, A. (2014). Analisis faktor yang berhubungan dengan tingkat stress akademik mahasiswa reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 9(3), 173-189.
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 1(2), 43-52.

- Sarafino, E P. & Smith, T. W. (2012). Health Psychology Biopsychosocial Interactions Seventh Edition. Amerika: United States of Amerika.
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokrastnasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(O1), 66-75.
- Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships: Can a four-legged friend replace a two-legged one?. *Journal of European Psychology Students*, 3(1).
- Sugiyono. (2008). Metode Penelitian Bisnis. Alfabeta: Bandungwq
- Sutjiato, M. (2015). Hubungan faktor internal dan eksternal dengan tingkat stress pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jikmu*, 5(1).
- Stewart, A., & Strickland, O. (2013). A companion animal in a work simulation: The roles of task difficulty and prior companion-animal guardianship in state anxiety. *Society & animals*, 21(3), 249-265.
- Tribudiman, A., Rahmadi, R., & Fadhila, M. (2021). Peran Pet Attachment Terhadap Kebahagiaan Pemilik Hewan Peliharaan Di Kota Banjarmasin. *Jurnal AlHusna*, 1(1), 60-77.
- Wahyuni, S., & Setyowati, R. (2020). Gambaran stress mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan KTI ditengah wabah COVID 19 dan sistem lockdown yang diberlakukan di kampus akper YPIB Majalengka. *Jurnal Akper YPIB Majalengka*, 6, 12.
- Wahyuningsih, S., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2021). Kecenderungan stres warga Surabaya pada masa pandemi covid-19 ditinjau dari tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 69-81.
- Zakaria, D. (2017). *Tingkat stres mahasiswa ketika menempuh skripsi* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Zasloff, R. L. (1996). Measuring attachment to companion animals: a dog is not a cat is not a bird. 1591(95).
- Zega, D. I. S. N. (2023). PERANAN HEWAN PELIHARAAN DALAM KAITANNYA SEBAGAI STRESS RELIEVER PADA MAHASISWA UNPAD. *Acta VETERINARIA Indonesiana*, 11(1), 87-95.
- 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
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Pets as safe havens and secure bases: The moderating role of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 46(5), 571-580.

LAMPIRAN

Lampiran 1
SKALA *PET ATTACHMENT* DAN TINGKAT
STRES

Hewan Peliharaan dan Pengalaman Mahasiswa Tingkat akhir

Assalamualaikum warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan, saya Salma Ayu Afifah mahasiswi S1 Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, angkatan 2019, yang sedang menjalankan penelitian di bawah bimbingan Ibu Latifatul Laili, S.Psi., M.Psi., Psikolog, untuk memenuhi tugas akhir saya sebagai syarat kelulusan. Dengan segala kerendahan hati saya bermaksud untuk memohon kesediaan Saudara/i agar berkenan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian saya. Kuesioner ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui Kelekatan Hewan Peliharaan terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir.

Berikut kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa/i aktif tahun ke-4 Semester 8.
2. Memiliki hewan peliharaan seperti kucing, anjing, kelinci, ataupun burung, minimal selama 6 bulan.
3. Berinteraksi secara aktif dengan hewan peliharaannya.

Apabila Saudara/i bersedia untuk menjadi bagian dalam penelitian ini, Saudara/i akan diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan dalam kuesioner online ini dan membutuhkan waktu sekitar 5-10 menit. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, Saudara/i hanya perlu menjawab sesuai dengan keadaan, pikiran, dan perasaan yang sebenarnya. Seluruh identitas dan respon dari saudara/i akan dijaga kerahasiaannya sesuai dengan etika penelitian psikologi.

Dalam penelitian ini, akan ada *reward* sebesar Rp. 250.000 untuk 5 partisipan yang dipilih secara acak. *Reward* akan dikirim ke e-wallet yang diinginkan partisipan yang terpilih.

Apabila terdapat pertanyaan terkait penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti melalui email atau kontak yang tertera dibawah ini.

Email: 19320231@students.uii.ac.id

Wa: +62 81913131101

Semoga kebaikan teman-teman mendapatkan balasan yan sebaik-baiknya dari Allah Subhanahu Wata'ala. Aamiin

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Hormat saya,

Salma Ayu Afifah

Dosen Pembimbing,
Latifatul Laili, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

* Indicates required question

1. Email *

2. Saya telah memahami dan menyetujui pernyataan di atas dan bersedia untuk mengisi kuesioner penelitian ini.

Mark only one oval.

Setuju

Tidak Setuju

Informasi Umum Partisipan

Pada bagian ini, identitas Saudara/i akan dijaga kerahasiaannya sesuai dengan etika penelitian psikologi.

3. Nama (Boleh inisial) *

4. Usia (dalam tahun) *

5. Nomor HP (Tidak wajib, hanya untuk keperluan reward)

6. Semester *

7. Apakah anda mahasiswa aktif (isi dengan 'Ya', jika anda tidak sedang cuti) *

Mark only one oval.

Ya

Tidak

8. Hewan peliharaan yang anda miliki (jika memiliki lebih dari satu hewan peliharaan, pilih satu yang memiliki hubungan terdekat dengan anda)

Mark only one oval.

Kucing

Anjing

Kelinci

Burung

9. Sudah berapa lama anda memelihara hewan peliharaan anda? *

Skala 1

1. Sebelum menjawab pertanyaan-pertanyaan di bawah, pikirkanlah dulu **hal-hal dalam kehidupan sehari-hari** yang membuat Anda stres.
2. Contohnya:
 - tidak puas dengan prestasi atau kegiatan akademik,
 - tidak mendapat istirahat yang cukup,
 - memiliki terlalu banyak hal yang harus dilakukan,
 - berargumentasi atau berkonflik dengan seseorang,
 - dikecewakan seseorang,
 - merasa kesepian,
 - kehilangan barang,
 - dan lain-lainnya.
3. Hal-hal tersebut harus merupakan **di luar kejadian besar**, seperti:
 - bencana alam,
 - kematian seseorang yang dekat dengan Anda,
 - penyakit yang mengancam nyawa,
 - dipecat dari pekerjaan,
 - perceraian,
 - atau perubahan besar lainnya dalam hidup Anda.
4. Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah berdasarkan pengalaman sehari-hari Anda **selama satu bulan terakhir**.

Petunjuk Pengisian:

0: Tidak pernah

1: Hampir tidak pernah

2: Kadang-kadang

3: Cukup sering

4: Sangat sering

10. 1. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa kesal karena sesuatu yang terjadi secara tak terduga?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

11. 2. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa TIDAK MAMPU mengendalikan hal-hal penting dalam hidup Anda?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

12. 3. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa gugup atau stres? *

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

13. 4. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa percaya diri tentang kemampuan Anda untuk menangani masalah-masalah?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

14. 5. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa bahwa hidup Anda berjalan sesuai dengan keinginan Anda?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

15. 6. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa TIDAK DAPAT menangani semua hal yang harus Anda lakukan?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

16. 7. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda MAMPU mengendalikan hal-hal yang menjengkelkan dalam hidup Anda?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

17. 8. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa DAPAT mengatasi dan mengendalikan berbagai hal?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

18. 9. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda marah karena hal-hal yang terjadi di luar kendali Anda?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

19. 10. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda merasa kesulitan-kesulitan dalam hidup menumpuk sedemikian tinggi sehingga Anda TIDAK DAPAT mengatasinya?

Mark only one oval.

0 1 2 3 4

Tida Sangat Sering

Skala 2

Pernyataan-pernyataan di bawah ini menggambarkan perasaan yang Anda rasakan dalam hubungan dengan hewan pendamping/peliharaan. Peneliti tertarik untuk mengetahui pengalaman seperti apa yang Anda rasakan ketika berhubungan dengan hewan pendamping/peliharaan tertentu. Apabila Anda memiliki lebih dari satu hewan pendamping/ peliharaan, mohon untuk memilih salah satu yang memiliki hubungan terdekat dengan Anda, dan silahkan memilih jawaban di bawah ini berdasarkan hubungan Anda dengan hewan pendamping/peliharaan tersebut. Berikanlah respon terhadap setiap pernyataan berikut, dengan mengindikasikan seberapa Anda setuju atau tidak setuju dengan pernyataan yang ada, menggunakan skala peringkat sebagai berikut:

1= Sangat Tidak Setuju,...,4= Netral,...,7= Sangat Setuju.

20. 1. Saya merasa nyaman berada dekat dengan hewan peliharaan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

21. 2. Saya sering merasa khawatir akan apa yang akan saya lakukan bila hal buruk terjadi pada hewan peliharaan saya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

22. 3. Saya lebih memilih untuk tidak terlalu dekat dengan hewan peliharaan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

23. 4. Terkadang saya merasa bahwa saya memaksakan hewan peliharaan saya untuk lebih menunjukkan komitmen dan keinginan untuk dekat dengan saya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

24. 5. Saya lebih memilih untuk menjaga jarak dengan hewan peliharaan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

25. 6. Jika saya tidak dapat membuat hewan peliharaan saya menunjukkan perhatiannya kepada saya, saya merasa kecewa atau marah.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

26. 7. Hewan peliharaan saya seringkali menjadi gangguan bagi saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

27. 8. Adanya tanda-tanda kasih sayang dari hewan peliharaan dapat meningkatkan harga diri saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

28. 9. Saya merasa memiliki hubungan yang renggang dengan hewan peliharaan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

29. 10. Saya seringkali merasa bahwa hewan peliharaan saya tidak mengizinkan saya untuk berada sedekat yang saya inginkan.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

30. 11. Saya tidak begitu memiliki hubungan yang lekat dengan hewan peliharaan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

31. 12. Saya merasa marah saat hewan peliharaan saya tidak ingin berada dekat dengan saya, sedekat yang saya inginkan.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

32. 13. Jika terpaksa, saya dapat memberikan hewan peliharaan saya kepada orang lain tanpa kesulitan

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

33. 14. Saya merasa frustrasi ketika hewan peliharaan saya tidak berada sedekat dengan saya, sesering yang saya inginkan.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

34. 15. Saya tidak kesulitan untuk berpisah dengan hewan peliharaan saya dalam waktu yang lama. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

35. 16. Saya butuh adanya penunjang kasih sayang dari hewan peliharaan saya, untuk dapat merasakan adanya sosok yang menerima saya apa adanya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

36. 17. Saya merasa tidak nyaman saat hewan peliharaan saya ingin berada dekat saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

37. 18. Saya merasa frustrasi saat hewan peliharaan saya tidak ada untuk saya di saat saya membutuhkannya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

38. 19. Saya merasa gelisah saat hewan peliharaan saya terlalu dekat dengan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

39. 20. Saya merasa frustrasi saat hewan peliharaan saya tidak ada untuk saya disaat saya membutuhkannya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

40. 21. Saya ingin dekat dengan hewan peliharaan saya, tetapi saya terus menarik diri/menjauhinya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sang Sangat Setuju

41. 22. Saya merasa cemas bila ditinggal sendirian tanpa hewan peliharaan saya. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

42. 23. Saya berusaha menghindari agar tidak memiliki hubungan yang terlalu dekat dengan hewan peliharaan saya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

43. 24. Saya membutuhkan ekspresi kasih sayang dari hewan peliharaan saya untuk merasa berharga. *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

44. 25. Ketika berada jauh dari hewan peliharaan saya dalam jangka waktu yang lama, saya hampir tidak pernah memikirkannya.

Mark only one oval.

1 2 3 4 5 6 7

Sangat Sangat Setuju

45. 26. Saya membutuhkan kepastian apakah hewan peliharaan saya mencintai saya. *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	6	7	
Sang	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

Terimakasih Atas Partisipasi nya!

Terimakasih banyak telah meluangkan waktu dan mengisi kuesioner ini dari awal hingga akhir. Semoga sehat selalu teman-teman <3

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

Tautan Tabulasi Data Eliminasi

<https://tinyurl.com/TabulasiDataSalma>

Lampiran 2
VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA

A. TINGKAT STRES

Scale Reliability Statistics

Cronbach's α	
scale	0.842

[3]

Item Reliability Statistics

	Item-rest correlation	If item dropped	
		Cronbach's α	McDonald's ω
PSS1	0.533	0.828	0.831
PSS2	0.606	0.820	0.823
PSS3	0.645	0.816	0.819
PSS4	0.373	0.841	0.843
PSS5	0.340	0.843	0.846
PSS6	0.662	0.814	0.818
PSS7	0.440	0.835	0.838
PSS8	0.562	0.827	0.828
PSS9	0.517	0.829	0.832
PSS10	0.684	0.811	0.815

Factor Loadings

	Factor		Uniqueness
	1	2	
PSS1	0.675		0.590
PSS2	0.729		0.486
PSS3	0.629		0.500
PSS4		0.651	0.618
PSS5		0.557	0.716
PSS6	0.791		0.388
PSS7		0.644	0.574
PSS8		0.738	0.392
PSS9	0.566		0.655
PSS10	0.785		0.368

Note. 'Minimum residual' extraction method was used in combination with a 'oblimin' rotation

Bartlett's Test of Sphericity

χ^2	df	p
603	45	<.001

KMO Measure of Sampling Adequacy

	MSA
Overall	0.839
PSS1	0.812
PSS2	0.868
PSS3	0.912
PSS4	0.805
PSS5	0.817
PSS6	0.832
PSS7	0.772
PSS8	0.810
PSS9	0.836
PSS10	0.867

B. PET ATTACHMENT

1. RELIABILITAS AWAL

Scale Reliability Statistics

	Cronbach's α
scale	0.834

Note. items 'PAQ2', 'PAQ8', 'PAQ14', 'PAQ16', 'PAQ18', 'PAQ20', 'PAQ22', 'PAQ24', and 'PAQ26' correlate negatively with the total scale and probably should be reversed

Item Reliability Statistics

	Item-rest correlation	If item dropped Cronbach's α
PAQ1	0.2771	0.832
PAQ2	-0.1045	0.843
PAQ3	0.3924	0.828
PAQ4	0.4198	0.827
PAQ5	0.4467	0.827
PAQ6	0.5142	0.823
PAQ7	0.3397	0.830
PAQ8	-0.0754	0.842
PAQ9	0.4827	0.825
PAQ10	0.4249	0.827
PAQ11	0.3737	0.829
PAQ12	0.5297	0.823
PAQ13	0.2830	0.832
PAQ14	0.4965	0.823
PAQ15	0.0841	0.841
PAQ16	0.3532	0.830
PAQ17	0.4874	0.825
PAQ18	0.5219	0.822
PAQ19	0.4829	0.826

Item Reliability Statistics

	Item-rest correlation	If item dropped
		Cronbach's α
PAQ20	0.5011	0.823
PAQ21	0.4964	0.824
PAQ22	0.2770	0.833
PAQ23	0.5081	0.825
PAQ24	0.3544	0.830
PAQ25	0.3344	0.830
PAQ26	0.4279	0.826

2. RELIABILITAS ULANG

Scale Reliability Statistics

	Cronbach's α
scale	0.852

Note. items 'PAQ16', 'PAQ20', 'PAQ22', and 'PAQ24' correlate negatively with the total scale and probably should be reversed

Item Reliability Statistics

	Item-rest correlation	If item dropped
		Cronbach's α
PAQ1	0.338	0.849
PAQ3	0.424	0.846
PAQ4	0.387	0.847
PAQ5	0.482	0.844
PAQ6	0.495	0.843
PAQ7	0.364	0.848

Item Reliability Statistics

	Item-rest correlation	If item dropped
		Cronbach's α
PAQ9	0.530	0.842
PAQ10	0.436	0.845
PAQ11	0.427	0.846
PAQ12	0.517	0.843
PAQ13	0.319	0.850
PAQ14	0.466	0.844
PAQ15	0.114	0.858
PAQ16	0.308	0.850
PAQ17	0.521	0.843
PAQ18	0.488	0.843
PAQ19	0.527	0.843
PAQ20	0.458	0.844
PAQ21	0.522	0.842
PAQ22	0.244	0.853
PAQ23	0.549	0.842
PAQ24	0.309	0.850
PAQ25	0.372	0.848
PAQ26	0.404	0.846

Factor Loadings

	Factor		Uniqueness
	1	2	
PAQ23	0.777		0.393
PAQ19	0.763		0.415
PAQ9	0.755		0.428
PAQ3	0.754		0.422
PAQ5	0.752		0.435
PAQ11	0.715		0.488
PAQ17	0.692		0.510
PAQ1	0.649		0.564
PAQ21	0.642		0.563
PAQ25	0.605		0.632
PAQ7	0.603		0.633
PAQ13	0.452		0.796
PAQ15	0.424		0.760
PAQ20		0.802	0.355
PAQ18		0.777	0.396
PAQ14		0.753	0.433
PAQ24		0.647	0.562
PAQ26		0.637	0.594
PAQ16		0.619	0.603
PAQ6		0.617	0.588
PAQ12		0.612	0.585
PAQ22		0.561	0.670
PAQ4		0.534	0.706
PAQ10		0.408	0.763

Note. 'Minimum residual' extraction method was used in combination with a 'oblimin' rotation

Bartlett's Test of Sphericity

χ^2	df	p
1975	276	<.001

KMO Measure of Sampling Adequacy

	MSA
Overall	0.875
PAQ1	0.921
PAQ3	0.898
PAQ5	0.882
PAQ7	0.902
PAQ9	0.909
PAQ11	0.894
PAQ13	0.914
PAQ15	0.854
PAQ17	0.872
PAQ19	0.876
PAQ21	0.903
PAQ23	0.919
PAQ25	0.873
PAQ4	0.804
PAQ6	0.861
PAQ10	0.824
PAQ12	0.869
PAQ14	0.892
PAQ16	0.844
PAQ18	0.829
PAQ20	0.832
PAQ22	0.845
PAQ24	0.843
PAQ26	0.855

Lampiran 3
UJI ASUMSI

A. UJI NORMALITAS

Normality Tests

	Statistic	p
Shapiro-Wilk	0.993	0.644
Kolmogorov-Smirnov	0.0349	0.987
Anderson-Darling	0.184	0.908

Note. Additional results provided by *moretests*

B. UJI LINEARITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PSS * AVOIDANT	Between Groups	(Combined)	1571.461	45	34.921	.900	.650
		Linearity	.044	1	.044	.001	.973
		Deviation from Linearity	1571.417	44	35.714	.920	.615
	Within Groups		4697.497	121	38.822		
Total			6268.958	166			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PSS * ANXIETY	Between Groups	(Combined)	1926.975	51	37.784	1.001	.487
		Linearity	498.843	1	498.843	13.212	<.001
		Deviation from Linearity	1428.132	50	28.563	.756	.866
	Within Groups		4341.983	115	37.756		
Total			6268.958	166			

Lampiran 4
UJI HIPOTESIS DAN ANALISIS TAMBAHAN

A. UJI KORELASI

Correlation Matrix

		PSS-10	Avoidant
PSS-10	Spearman's rho	—	
	p-value	—	
Avoidant	Spearman's rho	-0.025	—
	p-value	0.750	—

Correlation Matrix

		PSS-10	Anxiety
PSS-10	Pearson's r	—	
	p-value	—	
Anxiety	Pearson's r	0.282	—
	p-value	<.001	—

B. UJI BEDA

1. Tingkat stress berdasarkan jenis hewan peliharaan

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Kucing	143	19.4056	6.22946	.52093	18.3758	20.4354	4.00	38.00
Anjing	6	22.5000	4.63681	1.89297	17.6340	27.3660	18.00	31.00
Kelinci	7	18.0000	6.16441	2.32993	12.2989	23.7011	8.00	27.00
Burung	11	19.0000	5.91608	1.78377	15.0255	22.9745	9.00	29.00
Total	167	19.4311	6.14531	.47554	18.4923	20.3700	4.00	38.00

2. *Pet Attachment* berdasarkan jenis hewan peliharaan

Descriptives

PAQ

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Kucing	143	64.7343	18.17015	1.51946	61.7306	67.7380	32.00	131.00
Anjing	6	63.0000	18.33030	7.48331	43.7635	82.2365	49.00	99.00
Kelinci	7	60.7143	5.52914	2.08982	55.6007	65.8279	50.00	65.00
Burung	11	81.5455	17.17186	5.17751	70.0092	93.0817	59.00	118.00
Total	167	65.6108	18.17016	1.40605	62.8347	68.3868	32.00	131.00

3. Tingkat stress berdasarkan lama memelihara

Descriptives

PSS

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
6-11 Bulan	16	17.5000	6.35610	1.58902	14.1131	20.8869	5.00	32.00
1-5 Tahun	110	19.9364	6.13948	.58538	18.7762	21.0966	7.00	38.00
6-10 Tahun	25	16.8800	6.21369	1.24274	14.3151	19.4449	4.00	27.00
11-15 Tahun	11	22.0909	4.82607	1.45511	18.8487	25.3331	16.00	32.00
>15 Tahun	5	21.4000	3.43511	1.53623	17.1347	25.6653	18.00	26.00
Total	167	19.4311	6.14531	.47554	18.4923	20.3700	4.00	38.00

4. Pet Attachment berdasarkan lama memelihara

Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
PAQ_AVOIDANT	6-11 Bulan	16	29.3125	15.31326	3.82831	21.1526	37.4724	14.00	68.00
	1-5 Tahun	110	29.1182	12.01889	1.14596	26.8469	31.3894	13.00	69.00
	6-10 Tahun	25	28.2000	14.48275	2.89655	22.2218	34.1782	13.00	67.00
	11-15 Tahun	11	23.7273	11.18115	3.37124	16.2157	31.2389	13.00	48.00
	>15 Tahun	5	22.8000	10.05982	4.49889	10.3091	35.2909	13.00	36.00
	Total	167	28.4551	12.61559	.97622	26.5277	30.3825	13.00	69.00
PAQ_ANXIETY	6-11 Bulan	16	33.7500	12.93316	3.23329	26.8584	40.6416	14.00	55.00
	1-5 Tahun	110	38.1545	12.73382	1.21412	35.7482	40.5609	11.00	71.00
	6-10 Tahun	25	34.8000	13.09580	2.61916	29.3943	40.2057	11.00	61.00
	11-15 Tahun	11	34.0909	10.36778	3.12600	27.1257	41.0561	18.00	51.00
	>15 Tahun	5	44.6000	21.75546	9.72934	17.5870	71.6130	19.00	71.00
	Total	167	37.1557	13.00647	1.00647	35.1686	39.1428	11.00	71.00