

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesepian merupakan sebuah perasaan umum terjadi pada setiap individu, yang sebenarnya perasaan tersebut bersifat kompleks dan unik. Tidak memandang apakah dia kaya, terkenal, berkuasa, suka bersosialisasi atau tidak. Kesepian merupakan bagian dari proses biologis, bahkan ketika individu berada di antara orang-orang atau di tengah keramaian pun masih bisa merasakan kesepian (Herdyanto, 2019). Sendirian bukan berarti kesepian, terkadang individu memerlukan waktu sendiri untuk lebih memahami dirinya, mempertimbangkan keputusan, merenungkan solusi untuk masalah yang sedang dihadapi, serta memberikan ruang bagi dirinya agar dapat memulihkan rasa lelah dan penat. Individu bisa merasa kesepian bahkan ketika di kelilingi oleh banyak orang, begitu pula individu yang memiliki jaringan sosial yang luas namun tidak memiliki kedekatan (Weiten & Lloyd, 2006).

Kesepian menurut Mayasari (2018) disebabkan oleh suatu reaksi emosional dan kognitif yang bersifat subjektif serta dirasa tidak menyenangkan. Kesepian yaitu ketika individu mengalami penurunan hubungan sosial secara kualitas dan kuantitas, serta hanya memiliki sedikit hubungan sosial yang tidak memuaskan disebabkan oleh harapan yang tidak sesuai dengan kenyataan (Mayasari, 2018).

Negara maju bahkan tidak luput dari rasa kesepian, seperti Swedia, Inggris, Jepang, Italia, Amerika, merupakan negara yang masyarakatnya justru merasa paling kesepian (Puspitaningrum, 2018). Beberapa data menunjukkan tingkat persentase kesepian yang dihimpun dari *Action for Children* yaitu 43% dari

individu berusia 17 hingga 25 tahun mengalami masalah kesepian. *Independent Age* mengungkapkan bahwa 1 dari 3 orang berusia diatas 75 tahun sangat merasakan kesepian. Bahkan semenjak 1980, jumlah orang kesepian meningkat hingga dua kali lipat, bahkan kesepian tidak hanya terjadi pada orang tua. Hasil survei yang disebut eksperimen kesepian BBC (2018) yang dilakukan oleh Claudia Hommond seorang presenter Radio 4's All in the Mind. Survei dilakukan secara online dengan responden yang ditentukan sebanyak 75, didapatkan 27% orang sering atau sangat sering merasa kesepian. Rentan usia tertinggi yang sering atau sangat sering merasa kesepian yaitu di usia 16-24 tahun, hal tersebut mematahkan stereotip di masyarakat bahwa orang yang mengalami kesepian adalah orang tua (Hammond, 2018).

Individu yang tidak dapat mengatasi rasa kesepian akan memiliki penilaian buruk terhadap dirinya dan timbulnya perilaku negatif seperti melakukan tindak kekerasan, memakai obat-obatan terlarang, serta melakukan tindakan kriminal (Calvin, 2018). Beberapa kasus berikut terjadi karena gagalnya mengatasi rasa kesepian. Pertama yaitu kasus pencabulan yang terjadi pada 41 anak, dilakukan oleh pegawai honorer di sebuah sekolah dasar dengan alasan merasa kesepian setelah tinggal jauh dari istrinya (Cipta, 2018). Kasus kedua yaitu tingginya tingkat bunuh diri yang terjadi di Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dirasa sangat memprihatinkan. Pemerintah Kabupaten Gunung Kidul mengatakan bahwa kasus bunuh diri terbesar disebabkan oleh kesepian seperti yang diungkapkan oleh wakil Bupati Gunungkidul, Immamaawan Wahyudi "*Paling besar itu faktor kesepian. Persoalan psikologis, medik, sudah menjadi pasien, stres, enggak minum obat lalu bunuh diri*" (Warsito, 2018).

Salah satu cara untuk mengatasi kesepian menurut Andini (2018) yaitu terbuka dan menerima bahwa diri kita mengalami kesepian, kemudian menyadari bahwa kesepian bisa dilawan. Ketika sudah menyadari dan menerima, barulah merencanakan kegiatan seperti memelihara hewan atau mengurangi penggunaan media sosial. Kegiatan yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa kesepian salah satunya dengan memelihara hewan, hal tersebut diperkuat dengan uji hipotesis hubungan manusia dan hewan yang telah dilakukan oleh Mc Connel et al (Mayasari, 2018). Hasil pertama yaitu hewan peliharaan dapat menjadi salah satu sumber dukungan sosial yang memberikan kontribusi unik bahkan lebih dari yang diberikan individu lain atau lingkungan, namun sumber dukungan dari hewan tidak dapat menggantikan dukungan sosial. Kedua, *hydraulic hypothesis* bahwa hubungan manusia dengan hewan peliharaan akan lebih berarti (erat) ketika dukungan sosial dari manusia berkurang, atau sebaliknya saat dukungan sosial baik maka dukungan dari hewan peliharaan akan kurang berarti.

Kegagalan dalam menjalin hubungan sosial membuat beberapa individu mencoba mengalihkannya dengan memelihara hewan karena beberapa faktor. Faktor pertama yaitu menghindari resiko penolakan yang mungkin saja di dapatkan apabila menjalin hubungan dengan individu lain, faktor kedua yaitu untuk menghindari kritik dari orang lain, faktor yang ketiga yaitu individu dapat memilih karakteristik hewan dan jenis perawatannya (Nurlayli & Hidayati, 2014).

Anggraini (2018) mengungkapkan empat manfaat yang bisa didapatkan dari memelihara hewan. Manfaat pertama yaitu koneksi fisik yang dapat dilakukan dengan membelai hewan peliharaan maka akan berdampak positif bagi kesehatan mental. Manfaat yang kedua yaitu memperbaiki gaya hidup, pemilik hewan

peliharaan lebih jarang menggunakan transportasi dari pada yang tidak memiliki hewan peliharaan, hal tersebut sangat bermanfaat bagi kesehatan pemilik hewan peliharaan. Manfaat ketiga yaitu meningkatkan ketenangan diri, dengan memelihara hewan maka dapat mengurangi stress dengan menghabiskan waktu bersama dengan hewan peliharaan. Manfaat yang terakhir yaitu belajar menjadi pemimpin yang baik, dengan memiliki hewan peliharaan mampu mempengaruhi disiplin dan rasa tanggung jawab untuk mengurus hewan peliharaan, mulai dari mengatur jadwal makan, mandi, dan lain-lain dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap kesuksesan profesional kita (Anggraini, 2018).

Mano, S.Z., Mikulincer, M., & Shaver (Juliadilla & Candra, 2018) mengungkapkan bahwa apabila telah terjalin ketertarikan emosional pada hewan peliharaannya maka akan memberikan kenyamanan serta sumber dukungan baginya, hal ini merupakan salah satu pemenuhan kebutuhan psikologis. Akan tetapi tidak semua menyatakan bahwa memiliki hewan peliharaan dapat memenuhi kebutuhan emosional, justru dapat meningkatkan stres dan kelelahan emosional seperti yang diungkapkan oleh Lustig, K. A., & Cramer (Juliadilla & Candra, 2018). Tidak semua kebutuhan seseorang dapat dipenuhi dengan interaksi dengan hewan, hal tersebut kemungkinan terjadi karena adanya pengalaman negatif dengan hewan, atau mengalami keterbatasan dalam menjaga hewan (Juliadilla & Candra, 2018).

Penelitian sebelumnya terkait dengan kesepian dan kepemilikan hewan peliharaan telah dilakukan sebelumnya oleh Mayasari (2018) didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat kesepian yang signifikan pada mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga, antara mahasiswa yang memiliki hewan peliharaan dan yang tidak memiliki hewan peliharaan. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan teori

McConnell et al (Mayasari, 2018) yang menyatakan bahwa orang yang tidak memiliki hewan peliharaan akan lebih mudah mengalami depresi, kesepian, dan memiliki kemungkinan gejala penyakit fisik yang lebih tinggi. Penelitian sebelumnya terkait kesepian dengan pemilik hewan peliharaan juga dilakukan oleh Nurlayli & Hidayati (2014) menunjukkan beberapa gambaran kesepian pada kategori tinggi dialami oleh pemilik hewan peliharaan karena kurang memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan.

Nugrahaeni (2016) mengatakan bahwa hubungan yang didalamnya terdapat kedekatan, kehangatan, dan keterlibatan sosial akan membentuk suatu pola sistematis yang disebut dengan orientasi kelekatan (*attachment*). Orientasi *attachment* terbentuk dari hubungan emosional antara individu dengan hewan peliharaannya disebut dengan *pet attachment* (kelekatan pada hewan peliharaan).

Teori *pet attachment* didasari langsung oleh teori *attachment* pada manusia yang dikemukakan oleh Bowlby (Nugrahaeni, 2016), yaitu *attachment* sebagai ikatan emosional yang berlangsung antara individu dengan figur kelekatan. Figur *attachment* dapat berupa individu lain ataupun figur lain seperti hewan peliharaan. Noonan dan Voith (Nugrahaeni, 2016) menyatakan bahwa ikatan *attachment* antar spesies diasumsikan berkembang dengan cara yang sama seperti ikatan antar manusia dalam memberikan keamanan dan perlindungan atau hubungan *attachment* timbal balik yang aman.

Kucing menjadi hewan yang paling banyak dijadikan peliharaan, selain karena populasinya yang cukup banyak, kucing dianggap memiliki tingkah yang lucu, imut, dan unik, serta cukup mudah untuk perawatannya, sehingga banyak yang ingin menjadikannya hewan peliharaan (Baity, 2017).

Pemilik kucing tidak di batasi oleh usia, pekerjaan dan jabatan, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa banyak yang menyukai kucing, sehingga terbentuklah komunitas-komunitas pencinta kucing di seluruh Indonesia. Kebanyakan komunitas di mulai dari membuat grup di media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, dan *Whatsapp*, kemudian membentuk grup pencinta kucing yang memiliki pengurus dan mengadakan kegiatan rutin seperti *gathering*, *cat show*, atau hanya sekedar berkumpul bersama anggota komunitas dan hewan peliharaannya.

Salah satu komunitas pencinta kucing yaitu *Cat Lovers Barudak Karawang* (CLBK) yang memiliki jumlah anggota pada bulan Agustus sebanyak 799 orang. CLBK membentuk grup komunitas di media sosial yaitu *Facebook* pada Januari 2017 dan masih aktif sampai dengan saat ini.

Hasil dari survei awal, diajukan pertanyaan tentang alasan anggota komunitas CLBK memelihara kucing. Beberapa alasan para anggota memelihara kucing yaitu seperti yang dikatakan oleh Sari Damayanti "*Buat temen curhat*", Vanda Sompie "*kalau lagi capek liat mereka main pokoknya seneng banget*", Naomi Widia "*Kalau lagi cape, emosi, gabut, ngeliat kucingku capek dll rasanya hilang gitu aja*", Novi "*Bisa buat ngilangin stress kalau main-main sama meraka*". Beberapa alasan yang didapat menunjukkan adanya pengalihan dari rasa kesepian yaitu membutuhkan teman di rumah, untuk mengurangi rasa lelah ketika pulang beraktivitas, mengurangi stress, untuk teman curhat dan merasa nyaman ketika bersama dengan hewan peliharaannya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk mengetahui kontribusi *pet attachment* terhadap tingkat kesepian pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang.

1.2 Rumusan Masalah

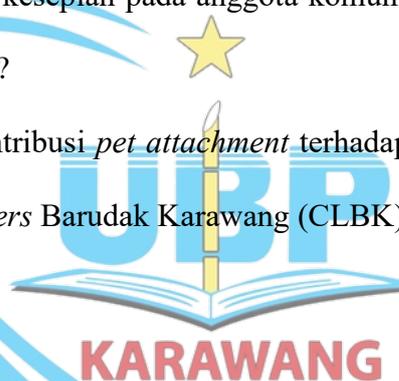
Dari fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat *pet attachment* pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang (CLBK)?
2. Bagaimana tingkat kesepian pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang (CLBK)?
3. Seberapa besar kontribusi *pet attachment* terhadap kesepian pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang (CLBK)?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat *pet attachment* pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang (CLBK).
2. Untuk mengetahui tingkat kesepian pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang (CLBK).
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *pet attachment* terhadap kesepian pada anggota komunitas *Cat Lovers* Barudak Karawang (CLBK).



1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan memberikan hasil yang bermanfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat yang di harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat dalam mengembangkan psikologi khususnya bidang psikologi klinis maupun untuk ilmu pengetahuan lain yang berhubungan dengan penelitian ini. Serta memberikan manfaat teoritis dalam penelitian psikologi yang berhubungan dengan individu dan hewan peliharaan, khususnya terkait kesepian dan *pet attachment*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Diharapkan mampu memberikan informasi dan pemahaman yang berkaitan dengan kesepian dan *pet attachment* pada anggota komunitas pencinta kucing.

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi informasi dan pengetahuan khususnya mengenai *pet attachment* dan kesepian pada anggota komunitas pencinta kucing.
2. Diharapkan mampu memberikan informasi mengenai *pet attachment* kepada pemilik hewan, sehingga mampu menjalin hubungan yang baik dengan hewan peliharaannya.