

No Skripsi: 902/Skripsi/PSI-FIP/UPI/08.2020

**KELEKATAN DENGAN HEWAN PELIHARAAN  
SEBAGAI PREDIKTOR STATUS SEHAT MENTAL  
DAN KUALITAS HIDUP PADA DEWASA AWAL  
DI KOTA BANDUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memeroleh  
Gelar Sarjana Psikologi di Departemen Psikologi



Disusun oleh:

Mega Santika  
1600055

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2020**

Mega Santika, 2020

*KELEKATAN DENGAN HEWAN PELIHARAAN SEBAGAI PREDIKTOR STATUS SEHAT MENTAL  
DAN KUALITAS HIDUP PADA DEWASA AWAL DI KOTA BANDUNG*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

**KELEKATAN DENGAN HEWAN PELIHARAAN  
SEBAGAI PREDIKTOR STATUS SEHAT MENTAL  
DAN KUALITAS HIDUP PADA DEWASA AWAL  
DI KOTA BANDUNG**

Oleh

Mega Santika

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi di Departemen Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan

© Mega Santika

Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2020

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari peneliti.

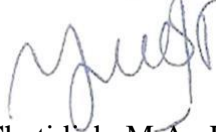
# HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Mega Santika  
1600055

## KELEKATAN DENGAN HEWAN PELIHARAAN SEBAGAI PREDIKTOR STATUS SEHAT MENTAL DAN KUALITAS HIDUP PADA DEWASA AWAL DI KOTA BANDUNG

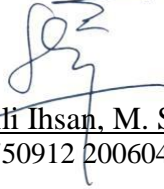
Disetujui dan disahkan oleh Pembimbing:

**Dosen Pembimbing I,**



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog  
NIP. 19771205 200604 2 001

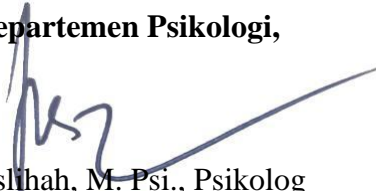
**Dosen Pembimbing II,**



Hefi Ihsan, M. Si  
NIP. 19750912 200604 1 002

Mengetahui,

**Ketua Departemen Psikologi,**



Dr. Sri Masliah, M. Psi., Psikolog  
NIP. 19700726 200312 2 001

**SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA:**

Hari/Tanggal : Selasa, 18 Agustus 2020  
Waktu : 08.00  
Tempat : Ruang 2 Departemen Psikologi

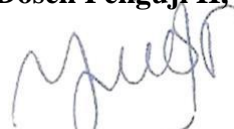
**Penguji terdiri dari:**

**Dosen Penguji I,**



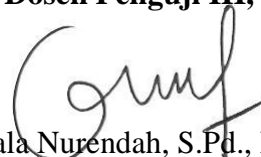
Drs. MIF Baihaqi, M. Si  
NIP. 19621208 198803 1 001

**Dosen Penguji II,**



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog  
NIP. 19771205 200604 2 001

**Dosen Penguji III,**



Gemala Nurendah, S.Pd., M.A.  
NIP. 19830202 201012 2 002

**Tanggung jawab Yuridis ada pada:**

Peneliti,



Mega Santika  
NIM 1600055

## **SURAT PERNYATAAN**

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Kelekatan dengan Hewan Peliharaan sebagai Prediktor Status Sehat Mental dan Kualitas Hidup pada Dewasa Awal di Kota Bandung” sepenuhnya adalah karya saya. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di dalam masyarakat. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya sendiri.

Bandung, Agustus 2020  
Yang Membuat Pernyataan

Mega Santika  
NIM 1600055

## KATA PENGANTAR

Pada tahun 2015 -2019, peneliti memelihara satu ekor kucing. Kucing tersebut bernama Miu, kucing yang memiliki mata indah dan bulu berwarna putih yang terang. Berawal dari pengalaman peneliti saat memelihara hewan peliharaan, peneliti merasa bahwa terdapat manfaat positif khususnya pada aspek psikologis. Atas dasar pengalaman tersebut, peneliti ingin mengetahui sejauh mana manfaat dari hewan peliharaan pada manusia.

Kelekatan dengan hewan peliharaan merupakan bentuk ikatan emosional antara pemilik dengan hewan peliharaannya. Berdasarkan studi terdahulu yang peneliti temukan, mengungkapkan bahwa memelihara hewan dapat memberikan dampak positif terhadap aspek fisik dan psikologis. Sehingga timbul rasa ingin tahu peneliti untuk melakukan penelitian mengenai, **“Kelekatan dengan Hewan Peliharaan sebagai Prediktor Status Sehat Mental dan Kualitas Hidup pada Dewasa Awal di Kota Bandung”**.

Rasa syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas ridho dan kasih sayang-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi salah satu syarat ujian akhir guna memperoleh gelar sarjana di Departemen Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia. Peneliti mengharapakan skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya mengenai hubungan anatara manusia dengan hewan peliharaan.

Mengakhiri pengantar ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu. Peneliti sadari atas kekurangan pada penelitian ini, peneliti mengharapakan kritik dan saran untuk perbaikan penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan menjadi informasi baru bagi pembaca.

Bandung, Agustus 2020

Peneliti

## UCAPAN TERIMA KASIH

Selama proses menyusun penelitian ini, peneliti sangat menyadari bahwa besarnya bantuan pihak-pihak di sekitar peneliti, yang memberikan motivasi dan bimbingan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Karenanya, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Diri saya sendiri, sudah melakukan yang terbaik versi diri sendiri. Terima kasih banyak sudah bertahan, dan tetap mengajarkan sampai akhirnya selesai.
2. Orang tua peneliti, Pak Taryudin dan Ibu LilisWidaningsih, yang telah sabar dan telah menopang kehidupan penulis selama ini baik secara lahir maupun batin.
3. Adik peneliti, Muhammad Adnan Fauzi, yang selalu memberikan motivasi dan mendengarkan cerita peneliti disaat ingin mengeluh.
4. Kucing peneliti, Miu, dengan memeliharanya peneliti mendapatkan inspirasi untuk meneliti hubungan antara manusia dengan hewan peliharaan.
5. Keluarga peneliti, Nini dan Epa yang selalu mendoakan dan memberikan semangat kepada peneliti.
6. Kepada Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bapak Dr. H. Agus Taufiq., M.Pd. atas bantuan yang telah diberikan selama masa studi.
7. Kepala Departemen Psikologi, Univeristas Pendidikan Indonesia, Ibu Dr. Sri Maslihah, M. Psi, Psikolog atas bantuan dan dorongan kepada peneliti untuk segera menyelesaikan studi di Departemen Psikologi.
8. Dosen Pembimbing skripsi peneliti, Ibu Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog dan Bapak Helli Ihsan, M. Si atas segala bimbingan dan dukungan selama peneliti menyusun hingga menyelesaikan skripsi.
9. Dosen Wali peneliti, Bapak Drs. MIF. Baihaqi, M. Si atas bimbingan dan dukungan selama peneliti melakukan studi di Departemen Psikologi.

10. Dosen Psikologi UPI dan seluruh staf Departemen Psikologi, yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama peneliti berkuliah di Departemen Psikologi.
11. Responden peneliti, yang bersedia untuk menjadi responden dan mengisi *questionnaire* peneliti.
12. Adiodata, yang telah membantu peneliti, memberikan motivasi dan mendengarkan peneliti disaat ingin mengeluh.
13. Teman-teman Psikologi UPI Angkatan 2016, yang selalu membantu dan memberikan dukungan kepada peneliti.
14. Teman-teman peneliti, Nanda, Nada, Ayu, Karin, Fitria, Banon, Gusvira, Yurisa, Mimi dan Wafa yang telah menjadi teman seperjuangan dalam menyelesaikan skripsi.
15. Teman-teman HRD eSKa Radio, Fida, Mia, Ahmad, Shabil dan Karin yang selalu mendoakan dan memberikan semangat kepada peneliti.
16. Neng Yani, yang selalu medoakan dan mendengarkan peneltil di saat ingin mengeluh.

Semoga kebaikan seluruh pihak diterima oleh Allah SWT sebagai amal baik yang senantiasa melindungi di hari-hari kemudian. Aamiin. Terima Kasih

Bandung, Agustus 2020

Mega Santika



## ABSTRAK

**Mega Santika** (1600055). *Kelekatan dengan hewan peliharaan sebagai Prediktor Status Sehat Mental dan Kualitas Hidup pada Dewasa Awal di Kota Bandung*. Skripsi. Departemen Psikologi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung (2020).

Penelitian ini bertujuan untuk memprediksi kelekatan dengan hewan peliharaan terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 307 dewasa awal usia 18-25 tahun yang memelihara anjing dan kucing atau keduanya di Kota Bandung. Subjek penelitian ini menggunakan teknik *non-probabilitas*, yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan karakteristik subjek yang telah ditentukan oleh peneliti. Peneliti ini menggunakan 3 alat ukur. Untuk mengukur kelekatan dengan hewan peliharaan menggunakan alat ukur *Lexington Attachment to Pet Scale* (LAPS) terdiri dari 20 *item* dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,91. Untuk mengukur kesehatan mental menggunakan alat ukur *Positif Mental Health Questionnaire* (PMHQ), alat ukur ini terdiri dari 39 *item* dengan koefisien reliabilitas alat ukur ini adalah 0,92. Untuk mengukur kualitas menggunakan alat ukur Kualitas Hidup Indonesia (KHI) yang terdiri dari 30 *item*. KHI memiliki reliabilitas *Alpha* 0,88. Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini untuk menjawab hipotesis adalah analisis regresi. Jenis analisis regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan regresi linear sederhana. Regresi linear sederhana digunakan untuk menguji prediktor kelekatan dengan hewan peliharaan terhadap kesehatan mental dan kelekatan dengan hewan peliharaan terhadap kualitas hidup. Hasil penelitian ini adalah kelekatan dengan hewan peliharaan tidak dapat menjadi prediktor kesehatan mental dan kelekatan dengan hewan peliharaan dapat menjadi prediktor kualitas hidup pada dewasa awal di Kota Bandung.

**Kata Kunci:** Dewasa Awal, Kelekatan dengan hewan peliharaan, Kesehatan Mental, Kualitas Hidup

## **ABSTRACT**

**Mega Santika** (1600055). *Pet Attachment as Predictor of Mental Health Status and Quality of Life of Early Adulthood in Bandung City*. Under Graduate Thesis. Departement of Psychology. Faculty of Science Education. Indonesian University of Education. Bandung (2020).

This study aims to determine predictors of pet attachment on mental health and quality of life. This research uses a quantitative approach with a correlational method. The sample in this study amounted to 307 early adulthood aged 18-25 years who raise dogs and cats or both in Bandung. The subject of this research uses non-probability techniques, namely using purposive sampling technique, with the characteristics of the subject that have been determined by the researcher. This research uses 3 measuring instruments. To measure the pet attachment using the Lexington Attachment to Pet Scale (LAPS) measuring instrument, it consists of 20 items with a reliability coefficient of 0.91. To measure mental health using the Positive Mental Health Questionnaire (PMHQ) measurement tool, this measuring instrument consists of 39 items with the reliability coefficient of this measuring instrument is 0.92. Measure the quality of life using a quality of life measuring instrument using the Indonesian Quality of Life (KHI) measuring instrument is the development of a quality of life measuring instrument that adapts to the conditions in Indonesia which consists of 30 items. KHI has Alpha reliability of 0.88. The analysis technique used in this study to answer the hypothesis is regression analysis. The type of regression analysis used in this research is simple linear regression. Simple linear regression was used to test predictors of pet attachment on mental health and pet attachment on quality of life. The results of this study are pet attachment cannot be a predictor of mental health and pet attachment can be a predictor of quality of life in early adulthood in Bandung.

**Keywords:** Early Adulthood, Mental Health, Pet Attachment, Quality of Life.

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	7
A. Kelekatan dengan Hewan Peliharaan ( <i>Pet Attachment</i> ).....	7
B. Kesehatan Mental.....	9
C. Kualitas Hidup.....	11
D. Dewasa Awal.....	13
E. Kerangka Pemikiran.....	14
F. Hipotesis.....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	17
A. Desain Penelitian.....	17
B. Partisipan.....	18
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
D. Definisi Operasional.....	19
E. Instrumen Penelitian.....	20
F. Teknik Pengumpulan Data.....	24
G. Analisis Data.....	25
H. Proses Adaptasi Instrumen.....	25

I. Uji Asumsi.....	27
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
A. Gambaran Responden Penelitian.....	30
B. Gambaran Kelekatan dengan Hewan Peliharaan.....	32
C. Gambaran Kesehatan Mental.....	36
D. Gambaran Kualitas Hidup.....	40
E. Hasil Analisis Data.....	44
F. Pembahasan.....	47
G. Keterbatasan Penelitian.....	52
<b>BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....</b>	<b>53</b>
A. Simpulan.....	53
B. Implikasi.....	53
C. Rekomendasi.....	53
<b>Daftar Pustaka.....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	16
Gambar 3.1 Desain Penelitian .....	17
Gambar 4.1 Gambaran Responden pada Dimensi Kelekatan dengan Hewan Peliharaan ...	33
Gambar 4.2 Gambaran Responden pada Dimensi Kesehatan Mental .....	37
Gambar 4.3 Gambaran Responden pada Dimensi Kualitas Hidup .....	40

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Kelekatan dengan Hewan Peliharaan .....	20
Tabel 3.2 Penyekoran <i>Item</i> Kelekatan dengan Hewan Peliharaan .....	20
Tabel 3.3 Kategori Skor Kelekatan dengan Hewan Peliharaan .....	20
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Kesehatan Mental .....	22
Tabel 3.5 Penyekoran <i>Item</i> Kesehatan Mental .....	22
Tabel 3.6 Kategori Skor Kesehatan Mental .....	23
Tabel 3.7 Kisi-kisi Instrumen Kualitas Hidup .....	23
Tabel 3.8 Penyekoran <i>Item</i> Kualitas Hidup .....	24
Tabel 3.9 Kategori Skor Kualitas Hidup .....	24
Tabel 3.10 Kategorisasi Reliabilitas <i>Item</i> .....	26
Tabel 3.11 Reliabilitas <i>Item</i> Kelekatan dengan Hewan Peliharaan .....	25
Tabel 3.12 Reliabilitas <i>Item</i> Kesehatan Mental .....	26
Tabel 3.13 Reliabilitas <i>Item</i> Kualitas Hidup Indonesia (KHI) .....	27
Tabel 3.14 Hasil Uji Nomalitas .....	27
Tabel 3.15 Uji Linearitas Kelekatan dengan Hewan Peliharaan dan Kesehatan Mental ....	28
Tabel 3. 16 Uji Linearitas Kelekatan dengan Hewan Peliharaan dan Kualitas Hidup .....	29
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	30
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Usia .....	30
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan .....	31
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Hewan Peliharaan .....	31
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Jumlah Hewan Peliharaan .....	32
Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Waktu Memelihara Hewan Peliharaan .....	32
Tabel 4.7 Gambaran Umum Kelekatan dengan Hewan Peliharaan .....	32
Tabel 4.8 Hasil Uji Beda Kelekatan dengan Hewan Peliharaan Berdasarkan Data Demografi .....	34
Tabel 4.9 Gambaran Umum Kesehatan Mental .....	36
Tabel 4. 10 Hasil Uji Beda Kesehatan Mental Berdasarkan Data Demografi .....	38

Tabel 4.11 Gambaran Umum Kualitas Hidup .....	40
Tabel 4.12 Hasil Uji Beda Kualitas Hidup Berdasarkan Data Demografi .....	41
Tabel 4.13 Prediktor Kelekatan dengan Hewan Peliharaan terhadap Kesehatan Mental ...	44
Tabel 4.14 Korelasi dan Korelasi Kuadrat Variabel Kelekatan dengan Hewan Peliharaan terhadap Variabel Kesehatan Mental .....	44
Tabel 4.15 Prediktor Kelekatan dengan Hewan Peliharaan terhadap Kualitas Hidup .....	45
Tabel 4.16 Korelasi dan Korelasi Kuadrat Variabel Kelekatan dengan Hewan Peliharaan terhadap Variabel Kualitas Hidup .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Lampiran Alat Ukur .....	56
Lampiran 2: <i>Questionnaire</i> Penelitian .....	68
Lampiran 3: Data Demografi Responden .....	77
Lampiran 4: Data Variabel .....	92
Lampiran 5: Hasil Reliabilitas Alat Ukur .....	130
Lampiran 6: Uji Asumsi .....	135
Lampiran 7: Uji Hipotesis .....	138
Lampiran 8: Perizinan Penggunaan Instrumen .....	140
Lampiran 9: Hasil Survei Manfaat Memelihara Anjing dan Kucing .....	143
Lampiran 10: SK Pengangkatan Pembimbing .....	146
Lampiran 11: Kartu Bimbingan Skripsi .....	147
Lampiran 12: Lembar Pernyataan Verifikasi	



## Daftar Pustaka

- Alfian, A. (2019, Oktober). *Kemenkes sebut masalah kesehatan jiwa perlu disikapi 3serius*. Retrieved from tirtoid: [www.tirtoid.com](http://www.tirtoid.com)
- Azanella. (2018, Oktober 10). *Hari Kesehatan Mental Dunia, WHO Fokus pada tiga hal ini*. Retrieved from Kompas.com:
- Azizah. (2019, Juni 23). *Sedih! Masih Banyak yang Menganggap Depresi Sebagai 'Aib' daripada Penyakit*. Retrieved from detikhealth: [www.detik.com](http://www.detik.com)
- Azharul Islam & Toni Towell. (2013). Cat and Dog Companionship and Well-being: A Systematic Review. *International Journal of Applied Psychology*. 149-150
- Azizah & Jaya. (2016). Ruang Publik untuk Kesehatan Mental Masyarakat Perkotaan. *Jurnal Sains dan Seni*, 1-4
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bowlby & Ainsworth. (1992). *The Origins of Attachment Theory*.
- Brooks, dkk. (2018). The Power of Social Support from Companion Animals for People Living with Mental Health Problem: A systematic review and narrative synthesis of the evidence . 1-12.
- Cheng, dkk. (2014). Factors Influencing Adult Quality of Life: Findings from a Nationally Representative Sample in the UK. 241-246.
- Creswell. (2015). *Riset Pendidikan: Perencanaan, Pelaksanaan, dan Evaluasi Riset Kualitatif & Kuantitatif Edisi Kelima*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Creswell. (2016). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewi, K. S. (2012). *BUKU AJAR KESEHATAN MENTAL*.
- Gee, Nancy R. & Mueller Megan K. (2019, March 19). A Systematic Review of Research on Pet Ownership and Animal Interaction among Older Adults. *Journal Interaction of people and animals*, 1-26.
- Harandi, Taghinasab & Nayeri. (2017). The Corellation of Social Support with Mental Health: A-meta Analysis. 5212-5220.
- Hawkins, R. D., Williams, J. M., & Society, S. (2017). Childhood Attachment to Pets : Associations between Kelekatan dengan hewan peliharaan, Attitudes to Animals , Compassion , and Humane Behaviour. *Interational Journal of*

*environemntal research and public health* 2, H 1–15.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph14050490>

- Hinkert . (2013). The Influence of dogs and cats on the mental health and emotional wellbeing of their owners in the Netherlands. 1-29.
- Ingraham, C. (2019, 4 5). *American Pet Ownership: Dog owners are much happier than cat owners, survey finds*. Retrieved from The Washington Post: [washingtonpost.com](http://washingtonpost.com)
- Jayani, D. H. (2019, Oktober 10). *Cara Menangani Masalah Kesehatan Jiwa*. Retrieved from [katadata.co.id](http://katadata.co.id): [www.katadata.co.id](http://www.katadata.co.id)
- Juliadila. (2018). Peran pet (hewan peliharaan) terhadap tingkat stres pegawai purnatugas. *Jurnal Psikologi Intergratif*, 6, 154.
- Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1989). Pet Ownership and Attachment as Supportive Factors in the Health of the Elderly. 35-44.
- Johnson, T. P., Garrity, T. F., & Stallones, L. (1992). Psychometric Evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale (Laps). *Anthrozoös*, 5(3), 160–175.  
<https://doi.org/10.2752/089279392787011395>
- Lowenthal, K. (2006). *Religion, Culture and Mental Health*. New York: Cambridhe University Persb.
- Lluch-Canut, T., Puig-Llobet, M., Sánchez-Ortega, A., Roldán-Merino, J., Ferré-Grau, C., Albacar, N., ... Solà, M. (2013). Assessing positive mental health in people with chronic physical health problems: Correlations with socio-demographic variables and physical health status. *BMC Public Health*, 13(1).  
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-928>
- McConnell & M. Brown. (2011). Friends with benefits: On the Positive Consequences of Pet Ownership. *Journal of personality and social psychology*. 1239-1250.
- McNicholas, dkk. (2005). Pet Ownership and Human Health: a Brief review of Evidance and Issues. *British Medical Journal*, 1252-1254.
- Meehan, Massavelli & Pachana. (2017). Using Attachment Theory and Social Support Theory to Examine and Measure Pets as Sources of Social Suport and Attachment Figures. *Journal of the Interactions of People and Animals*, 1-18.
- Mein&Grant. (2018). A cross-sectional exploratory analysis between pet ownership, sleep. exercise, health and neighbourhood perception: the whitehall II cohort study. 1-9.

- Nettin, dkk. (2013). Attachment, Social Support and Perceived Mental Health of Adult Dog Walkers: What Does Age Have to Do With It? *Journal Sociology & Social Welfare*, 1-26.
- Nugrahaeni, H. (2016). Hubungan Kelekatan dengan hewan peliharaan terhadap Kualitas Hidup pada pemilik hewan peliharaan. Skripsi.
- Prasko & Halubova. (2017). Connection Between Coping Strategies and Quality of Life in outpatient with Depression-cross-sectional study. 239.
- Pukeline & Starkauskiene. (2011). Quality of Life: Factors Determining its Measurement Complexity. 147-156
- Putri Puspita. (2018, Februari 2). *Mengenal lebih dekat komunitas pencinta anjing di Bandung*. Retrieved from Tribun Jabar: [jabar.tribunnews.com](http://jabar.tribunnews.com)
- Resmiya & Misbach. (2019, April). Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup. *Journal Psikologi Insight*, 3 no. 1, 20-31
- Robinson & Segal. (2019, Oktober). The Mood-Bostig Power of Pets. *HelpGuide*, pp. 1-10.
- Roldán-Merino, J., Lluch-Canut, M. T., Casas, I., Sanromà-Ortíz, M., Ferré-Grau, C., Sequeira, C., ... Puig-Llobet, M. (2017). Reliability and validity of the Positive Mental Health Questionnaire in a sample of Spanish university students. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 24(2–3), 123–133. <https://doi.org/10.1111/jpm.12358>
- S. Wanser, K. Vitale, L. Thielke, dkk. (2019). Spotlight on the psychological basis of childhood pet attachment and its implications. *Psychology Research and Behavior Management*, 467-479
- Santrock. (2011). *Life-Span Development Edisi ketigabelas Jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- S. B. Barker, dkk. (2018). The Relationship between pet ownership, social support, and internalizing symptoms in students from the first to fourth year of college. 1-16.
- Slamet. (2012). Coping sebagai Strategi Mengatasi dan Memecahkan Masalah dalam Konteks Bimbingan Konseling Islam. 1-22.
- Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). Attachment to Pets and Interpersonal Relationships. *Journal European Psychology Student*, 3(1991), 15–24.
- T. Budwining. (2019). *Hari Kesehatan Jiwa Sedunia akan digelar tanggal 10 Oktober 2019*. [tirto.id](http://tirto.id).

- Voith. (1985). Attachment of People to Companion Animal. *Veterinary Clinics of North America*, 289-296.
- Voorhis, C., Morgan. B. (2007). Understanding power and rules of thumb for determining sample size. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology*, 43-50.
- World Health Organization. (1997). WHOQOL: Measuring Quality of Life. 1-15.
- World Health Organization. (2003). Investing in MENTAL HEALTH. *Investing in Mental Health*, 3-49. <https://doi.org/10.1093/heapro/dar059>