

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab ini berisi pemaparan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian.

### **A. Latar Belakang**

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menyatakan bahwa, prevalensi gangguan mental emosional yang berusia lebih dari 15 tahun meningkat sebesar 9,8%, angka tersebut meningkat dibandingkan tahun 2013 yaitu sebesar 6% (Alfian, 2019). Di samping fakta tersebut, sekitar 6% dari penduduk Indonesia atau sekitar 14 juta orang mengalami gangguan pada psikisnya (Jayani, 2019). Menurut Direktur Jendral Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Anung Sugihantono mengatakan bahwa persoalan mengenai kesehatan mental bukan hanya terfokus pada pengobatan saja, tetapi penyebaran informasi mengenai kesehatan mental dan pencegahannya (Budwining, 2019).

Penanganan kesehatan mental di Indonesia dilakukan dengan cara pemulihan dan pencegahan. Pemulihan dilakukan dengan pemberian obat-obatan, psikoterapi, rehabilitasi psikososial, rehabilitasi sosial dan rehabilitasi kognitif. Sedangkan bentuk pencegahannya meliputi edukasi kesehatan jiwa, pengembangan pola asuh yang tepat, dan menciptakan lingkungan kondusif dan suportif (Azanella, 2018). Karakteristik seseorang yang memiliki sehat mental adalah mengacu pada sifat - sifat positif, seperti: kesejahteraan psikologis yang positif, karakter yang kuat dan sifat-sifat yang baik (Lowenthal, 2006).

*World Health Organization* (WHO), menyebutkan bahwa kalangan remaja dan dewasa awal menjadi kelompok usia yang paling rawan mengalami gangguan mental (Azanella, 2018). Hal ini terjadi karena pada usia ini banyak terjadi perubahan dalam hidup seseorang, masa yang sedang melakukan penyesuaian diri dengan kehidupan

baru, adanya ketegangan emosional, dan masa transisi yang sering kali diiringi dengan perkembangan yang berkesinambungan dan hal tersebut membuat beberapa orang

merasa kesulitan sehingga dapat memungkinkan terjadinya stres atau tekanan mental (Santrock, 2011).

Permasalahan yang terjadi pada masa dewasa awal menuntut seseorang untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Cara seseorang menyelesaikan masalah tentunya berbeda, tergantung sudut pandang seseorang terhadap kehidupannya. Cara seseorang menyelesaikan masalah berpengaruh terhadap kualitas hidup, jika seseorang memiliki cara penyelesaian masalah yang positif hal tersebut akan berpengaruh positif terhadap kualitas hidupnya (Prasko dan Halubova, 2017). Kualitas hidup ditingkatkan atau dikurangi dengan cara seseorang menyikapi hidupnya dan merealisasikan potensinya (Cheng, dkk, 2014). Kualitas hidup dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor internal dan faktor eksternal. Masalah yang menyangkut kualitas hidup sangatlah luas dan kompleks, termasuk masalah kesehatan fisik, psikologis, tingkat kebebasan, hubungan sosial, dan faktor lingkungan (World Health Organization, 2003).

Memelihara hewan peliharaan dapat menjadi salah satu cara alternatif untuk meningkatkan kesehatan mental dan meningkatkan kualitas hidup. Hewan peliharaan akan memberikan keuntungan bagi pemiliknya, berupa pertemanan, kasih sayang yang tulus, serta kesehatan fisik dan mental. Hewan peliharaan dapat bertindak sebagai perantara dalam hubungan sosial pada pemiliknya dalam membangun hubungan pertemanan, hal tersebut dapat mengurangi kecemasan dalam diri pada anak dan dewasa (Meehan, Massavelli, dan Pachana, 2017). Hubungan yang dekat dengan hewan peliharaan dapat membentuk suatu kelekatan yang disebut dengan kelekatan dengan hewan peliharaan (*pet attachment*). Hewan peliharaan terutama anjing dan kucing dapat mengurangi stres, kegelisahan, depresi, mengurangi kesepian, memberikan kesenangan, dapat memengaruhi perkembangan psikis, kesehatan psikis meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik, kesejahteraan hidup dan meningkatkan

kesehatan mental (Hawkins, Williams, dan Society, 2017) (Robinson dan Segal, 2019).

Peneliti melakukan survei pada tanggal 23 - 27 Oktober 2019, mengenai manfaat memelihara anjing dan kucing dengan menyebarkan *questionnaire* secara *online*. Terdapat 105 orang partisipan di Kota Bandung (98 orang memelihara kucing, 3 orang memelihara anjing dan 4 orang memelihara anjing dan kucing). Manfaat memelihara hewan peliharaan berdasarkan hasil survei adalah: menghilangkan dan mengurangi stres, menghilangkan rasa sedih, menghilangkan kesepian, menghilangkan kejenuhan, sebagai hiburan, memberikan dukungan, meningkatkan rasa empati terhadap sesama makhluk hidup, mengajarkan kesabaran, sebagai teman, menciptakan *positive vibes*, sumber kebahagiaan, dan sebagai *mood booster*. Memelihara hewan peliharaan berdampak positif terhadap keadaan psikologis. Hasil survei tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang peneliti temukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Barker (2018) mengenai hubungan antara kelekatan dengan hewan peliharaan dan *social support*, mengungkapkan bahwa *social support* pada pemilik hewan peliharaan, dapat membantu untuk meningkatkan kesehatan mental (Barker, dkk, 2018). Karena hewan peliharaan seperti anjing, pada orang dewasa mampu memberikan *social support* yang penuh kasih sayang dan penuh interaksi (Nettin, dkk, 2013). *Social support* yang tinggi dapat memengaruhi kesehatan mental yang baik. *Social support* dapat membantu meningkatkan kesehatan mental, karena *social support* menjadi faktor penting yang berpengaruh terhadap kesehatan mental (Harandi, Taghinasab, dan Nayeri, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Meeha, Massavelli, & Pachana (2017), mengungkapkan bahwa orang dewasa menganggap hewan peliharaannya dapat menjadi *social support* yang berbeda dengan tingkatan yang sama dengan teman atau keluarga (Meehan, Massavelli, dan Pachana, 2017). Hewan peliharaan dapat memberikan manfaat positif untuk fisik dan psikologis dengan memberikan sumber penting sebagai *social support* (McConnel dan Brown, 2011). Kelekatan dengan hewan

peliharaan memberikan dampak yang positif terhadap kesejahteraan psikologis pemiliknya, terutama untuk mengurangi depresi, kecemasan dan kesepian (Islam dan Towell, 2013)

Manfaat kelekatan dengan hewan peliharaan dapat meningkatkan kualitas hidup. Penelitian yang dilakukan oleh (Nugrahaeni, 2016) mengungkapkan bahwa kelekatan dengan hewan peliharaan berpengaruh terhadap kualitas hidup. Hal ini dikarenakan fungsi dari kelekatan dengan hewan peliharaan dapat memengaruhi kualitas hidup seperti: meningkatkan kualitas hidup dari segi fisik, sebagai sumber dukungan sosial, efektif untuk mengurangi kecemasan, depresi dan kesepian. Berdasarkan analisis deskriptif pada penelitian ini, kualitas hidup pemilik hewan termasuk dalam kategori tinggi, hal ini menunjukkan bahwa pemilik hewan memiliki persepsi positif dan mampu menyikapi aspek dalam kehidupan dengan baik, dan aspek yang paling memengaruhi kualitas hidup pada penelitian ini adalah aspek psikologis (Nugrahaeni, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh (Juliadila, 2018) mengenai peran hewan peliharaan terhadap tingkat stres mengungkapkan bahwa kelompok yang memiliki hewan peliharaan memiliki tingkat stres lebih rendah dibandingkan kelompok yang tidak memiliki hewan peliharaan. Selain dapat menurunkan resiko stres, memelihara hewan peliharaan dapat meningkatkan kualitas hidup.

Pemilik hewan peliharaan secara konsisten memiliki pandangan positif terhadap keadaan lingkungannya dibandingkan dengan seseorang yang tidak memiliki hewan peliharaan. Pemilik anjing lebih memiliki pandangan positif terhadap lingkungannya dibandingkan dengan pemilik hewan yang lainnya. Pemilik anjing lebih banyak berolahraga, dan lebih mudah tertidur dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki anjing. Karena pemilik anjing cenderung dapat berolahraga dan berjalan-jalan dengan anjing mereka, maka dari itu hal tersebut dapat meningkatkan pandangan yang positif terhadap lingkungannya (Mein dan Grant, 2018). Selain itu, seseorang yang memiliki anjing lebih bahagia dibandingkan seseorang yang tidak memiliki hewan peliharaan (Ingraham, 2019). Pandangan yang positif terhadap lingkungan dan merasakan kebahagiaan merupakan faktor yang dapat memengaruhi kepuasan dan kualitas hidup

**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 | perpustakaan.upi.edu

dalam aspek faktor lingkungan dan kesejahteraan, meskipun terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang.

Kondisi lingkungan dan gaya hidup masyarakat kota lebih beresiko terhadap kondisi kesehatan mental dan kualitas hidup (Azizah dan Jaya, 2016). Memelihara hewan dapat menjadi alternatif untuk mengurangi resiko tersebut dengan memberikan sumber dukungan emosional yang dapat meningkatkan kesehatan mental dan kualitas hidup. Fasilitas yang disediakan untuk memelihara hewan sudah cukup lengkap di kota Bandung, seperti *pet shop*, *pet care*, *pet park* dan sudah banyak komunitas-komunitas pencinta kucing dan anjing yang aktif di Bandung. Salah satunya komunitas *Pet Park Bandung Dog Community* (PPDC). Hal tersebut merupakan salah satu bentuk rekreasi, terutama untuk masyarakat kota. (Puspita, 2018)

Peneliti belum banyak menemukan penelitian mengenai peran kelekatan dengan hewan peliharaan terhadap dampak psikologis di Indonesia. Berdasarkan hasil sistematik *review* yang dilakukan oleh Brooks (2018), menyatakan bahwa perlunya penelitian lebih lanjut mengenai hubungan dengan hewan peliharaan dan kaitannya dengan kesehatan mental untuk mengetahui seberapa besar hubungan tersebut. Penelitian mengenai hubungan kelekatan dengan hewan peliharaan dengan kualitas hidup pernah dilakukan di Indonesia oleh Nugrahaeni (2016), yang membedakan dari penelitian ini adalah subjek penelitiannya. Subjek penelitian terdahulu adalah subjek yang memelihara berbagai jenis hewan sedangkan penelitian ini hanya untuk subjek yang memelihara anjing dan kucing. Judul penelitian ini adalah, “Kelekatan dengan hewan peliharaan sebagai Prediktor Status Sehat Mental dan Kualitas Hidup pada Dewasa di Kota Bandung”.

## **B. Rumusan Masalah**

Penelitian ini akan menjawab permasalahan dari fenomena yang telah dipaparkan. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah kelekatan dengan hewan peliharaan dapat menjadi prediktor terhadap status sehat mental dan kualitas hidup pada dewasa awal di kota Bandung?”

**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 | perpustakaan.upi.edu

### **C. Tujuan Penelitian**

Untuk memprediksi kelekatan dengan hewan peliharaan terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup pada dewasa awal di Kota Bandung.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat baik secara teoritik maupun secara praktik.

#### **1. Manfaat Teoritik**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi kajian mengenai dampak hubungan manusia dengan hewan peliharaan terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup.

#### **2. Manfaat Praktik**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu cara alternatif untuk menciptakan lingkungan yang suportif, dari dampak kelekatan dengan hewan peliharaan sebagai upaya pencegahan gangguan mental dan manfaat kelekatan dengan hewan peliharaan yang dapat memberikan manfaat positif untuk psikis dan fisik. Sehingga terwujudnya masyarakat yang sehat mental dan memiliki kualitas hidup yang baik.