



Hubungan *Pet Attachment* Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Yang Memiliki Hewan Peliharaan

Azzahra Ma`ruf Fiana^{1*}, Dian Perwita², Jaenudin Saputra³

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Yatsi Madani

² Dosen Universitas Yatsi Madani, ³ Dosen Universitas Yatsi Madani

^{1*} Azzahramaruf@email.com

Abstrak

Pendahuluan: Pada era modern hewan peliharaan menjadi pilihan untuk menghibur manusia. Hubungan dekat dengan hewan peliharaan secara positif berperan dalam ikatan sosial, dan ini mungkin alasan mengapa ditemukan terkait peningkatan pengasuhan, tampilan kasih sayang, dan empati bahkan terhadap anggota spesies lainnya. Ini menunjukkan bahwa manusia berevolusi bersama dalam hubungan dengan hewan peliharaan dan bahwa hubungan ini bermanfaat bagi keduanya. **Tujuan:** Untuk mengetahui Hubungan *Pet Attachment* terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja yang Memiliki Hewan Peliharaan di RW 12 Kota Tangerang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. **Teknik Sampel:** Teknik yang digunakan yaitu *non probability sampling* dengan *total sampling*. **Jumlah Sampel:** Sampel berjumlah 74 responden. **Analisa Data:** Menggunakan uji statistik *spearman correlation*. **Hasil penelitian:** Hasil penelitian yang dilaksanakan di RW 12 Kota Tangerang didapatkan *P-Value* 0,001 ($P < 0.05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara *pet attachment* terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja yang memiliki hewan peliharaan.

Kata Kunci: *Pet Attachment*, Kesejahteraan, Psikologis

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini juga memiliki tantangan tersendiri, dimana remaja dianggap sudah lebih mapan dibandingkan dengan masa sebelumnya, yakni saat menjadi masa kanak-kanak, namun di satu sisi remaja dianggap belum sepenuhnya dapat bertanggung jawab (Diananda, 2018; dalam S. R. Dewi & Yusri, 2023). Masa ini juga disebut masa mencari identitas diri, menemukan siapa mereka dan arah tujuan hidupnya, bereksplorasi terhadap perannya. Remaja mulai memberikan perhatian lebih terhadap berbagai aspek kehidupan yang secara khusus berkaitan dengan apa yang akan dijalankannya sebagai manusia dewasa di masa yang akan datang (Haerani & Daulay, 2020).

Awal masa remaja berlangsung kurang lebih dari 12 tahun sampai 18 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 19 tahun sampai 21 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode yang sangat singkat (Marwoko, 2019). Remaja dianggap sebagai masa "*Storm and Stress*" karena dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan masa dewasa, namun secara fisiologi dan psikologi belum sepenuhnya sempurna dan masih terus berkembang dari fase perkembangan anak-anak (Ahsan and Ilmy, 2018; dalam Nurwela & Israfil, 2022). Stres psikososial merupakan suatu kondisi yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga terpaksa melakukan penyesuaian atau adaptasi untuk mengatasi stressor atau tekanan mental yang timbul (Kemenkes RI 2019).

Oleh karena itu, diperlukan usaha untuk mengurangi ketegangan-ketegangan emosional tersebut, seperti melakukan kegiatan yang menyenangkan melalui hobi atau rekreasi. Salah satu hobi yang belakangan ini sedang populer dilakukan adalah aktivitas memelihara hewan. Dalam Undang-Undang Nomor 41 tentang Peternakan dan Kesehatan Hewan (2014), hewan peliharaan dikatakan sebagai hewan yang kehidupannya untuk sebagian maupun seluruhnya bergantung pada manusia untuk tujuan tertentu. Secara umum, hewan yang diperbolehkan untuk dipelihara adalah hewan-hewan yang bisa dijinakkan dan banyak dijumpai di lingkungan sekitar kita seperti kucing, anjing, kelinci, ikan, atau burung.

Kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai kemampuan seorang individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk suatu hubungan yang hangat dengan orang lain, bisa mandiri dalam menghadapi lingkungan sosialnya, dapat mengontrol lingkungan luar, menetapkan tujuan hidupnya, dan mewujudkan potensi diri secara terus menerus (Ryff, 1989; dalam Nur Hafizhah, S. Raihana Hamdan, 2021). Sehubungan dengan konsep kompleksnya, terdapat enam dimensi yang terhubung dalam kesejahteraan psikologis yaitu; a.) penerimaan diri; b.) hubungan positif dengan orang lain; c.) otonomi; d.) penguasaan lingkungan; e.) tujuan hidup; f.) pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi inilah yang kemudian membentuk kesejahteraan psikologis pada individu.

Orang yang merasakan kesejahteraan psikologis akan bahagia dan nyaman damai dalam melakukan segala hal. Individu membutuhkan individu atau hal lain yang memberikan kelekatan, dan mendorong perasaan positif seperti kebahagiaan dan tawa yang membuat orang tidak merasa sendirian dan kesepian, dengan kata lain memberikan komponen keterikatan yang mempromosikan kesejahteraan dan keamanan, serta memberikan kesempatan untuk pengasuhan dan komitmen, untuk membantu mempertahankan atau membangun kembali keseimbangan kesejahteraan psikologis individu (R. Wahidah, et al., 2023).

Menurut Weiss (dalam Arindawanti & Izzati, 2021) *attachment* atau kelekatan sendiri menjadi salah satu aspek dari dukungan sosial yang merupakan bagian dari faktor pengaruh kesejahteraan psikologis pada individu. Manusia sebagai makhluk sosial tentu akan terus membutuhkan bantuan dari orang lain yang berada di sekitarnya. Secara naluriah, manusia cenderung membentuk ikatan atau koneksi dalam kehidupan sosial mereka, baik dengan kesadaran maupun tanpa disadari, sebagai strategi untuk pemenuhan kebutuhan hidup mereka. Ikatan dalam hubungan tersebut dapat terjalin antar individu satu dengan lainnya, yang kemudian hal ini akan menimbulkan suatu kelekatan atau biasa disebut dengan *attachment*.

Pada era modern hewan peliharaan menjadi pilihan untuk membantu menghibur manusia. Hubungan dekat dengan hewan peliharaan secara positif memengaruhi pelepasan oksitosin yang merupakan salah satu bahan kimia tubuh yang "merasa nyaman" dan juga berperan dalam ikatan sosial, dan ini mungkin alasan mengapa ditemukan terkait dengan peningkatan pengasuhan, tampilan kasih sayang, dan empati bahkan terhadap anggota spesies lainnya. Ini menunjukkan bahwa manusia berevolusi bersama dalam hubungan mereka dengan hewan peliharaan mereka dan bahwa hubungan ini bermanfaat bagi keduanya (Tan dkk, 2021).

Indonesia sendiri telah terjadi peningkatan secara signifikan mengenai jumlah individu yang memelihara hewan peliharaan pada beberapa tahun terakhir. Melihat hasil survei yang dilakukan oleh Rakuten Insight (2022) menyatakan dari 10.442 responden yang diketahui, tercatat 67% responden memiliki hewan peliharaan. Sementara, 23% responden tidak dan 10% responden lainnya mengaku pernah memiliki hewan peliharaan. Melihat hasil survei yang dilakukan oleh Rakuten Insight pada tahun 2022, sepertinya aktivitas memelihara hewan di Indonesia cukup banyak dilakukan oleh individu remaja dalam rentang usia 16-21 tahun.

Aktivitas memelihara hewan peliharaan juga banyak dilakukan remaja di RW 12 Kota Tangerang. Peneliti telah melakukan studi pendahuluan di RW 12 Kota Tangerang, dengan melakukan wawancara kepada 10 remaja yang memiliki hewan peliharaan pada tanggal 24 April 2024. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui 80% remaja mengatakan sering bermain bersama hewan peliharaan untuk mengisi waktu luang agar tercipta kelekatan dengan hewan peliharaannya. Mereka bermain 1-4 kali sehari selama 10-20 menit. Sehingga, hubungan pemilik hewan dengan hewan peliharaan memberikan efek psikologis positif dan kesejahteraan psikologis pemilik hewan menjadi lebih konsisten. Bahkan terdapat remaja yang melakukan aktivitas sehari-hari ditemani oleh hewan peliharaan, seperti menonton film, mengerjakan tugas, dan tidur pada malam hari. Sedangkan 20% remaja lainnya mengatakan jarang bermain dengan hewan peliharaannya, dan intensitas bersama hewan peliharaan hanya sebatas mencukupi kebutuhan hewan peliharaannya sehari-hari. Sehingga hubungan hewan peliharaan tidak berdampak terhadap kesejahteraan psikologis pemiliknya. Untuk itu, kelekatan terhadap hewan peliharaan sangat berpengaruh pada kesejahteraan psikologis remaja yang memiliki hewan peliharaan.

METODE

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Menurut Sugiyono dalam (Ibrahim dkk, 2018), teknik penelitian kuantitatif adalah teknik yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau kelompok tertentu. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat penelitian, dan analisis data bersifat kuantitatif dan statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah disusun. Tujuan penelitian korelasional adalah untuk menentukan apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih serta tingkat korelasi antara variabel-variabel yang diteliti (Ibrahim dkk, 2018). Dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *pet attachment* (variabel independen) dengan kesejahteraan psikologis (variabel dependen) pada remaja yang memiliki hewan peliharaan di RW 12 Kota Tangerang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Persyaratan Analisa data

Tabel 4. 1 Uji Normalitas

Distribusi Normalitas Hubungan *Pet Attachment* Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Yang Memiliki Hewan Peliharaan Di RW 12 Kota Tangerang Tahun 2024

		<i>Pet Attachment</i>	Kesejahteraan Psikologis
<i>N</i>		74	74
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	1.68	1.82
	<i>Std. Deviation</i>	.664	.605
	<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.278
<i>Positive</i>		.278	.278
<i>Negative</i>		-.255	-.330
<i>Test Statistic</i>		.278	.330

Asymp. Sig. (2-tailed)

.000^c.000^c

Berdasarkan hasil Uji Normalitas data menggunakan Metode *Kolmogrov Smirnov* sesuai ketentuan sampel yaitu >50. Sampel penelitian ini sebanyak 74 responden, sehingga cocok menggunakan Uji *Kolmogrov-Smirnov*, hasil uji normalitas *pet attachment* didapatkan data nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan kesejahteraan psikologis $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal, sehingga dalam menganalisis data menggunakan Uji Non Parametrik yaitu dengan menggunakan Uji *Rank Spearman Correlation* untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang memiliki hewan peliharaan.

2. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi *Pet Attachment*

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi *Pet Attachment*

		Frequency (n)	Percent (%)
Valid	Tinggi	32	43.2
	Sedang	34	45.9
	Rendah	8	10.8
	Total	74	100.0

Berdasarkan karakteristik didapatkan jumlah responden yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi tinggi sebanyak 32 responden (43,2%), yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi sedang sebanyak 34 responden (45,9%), dan yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi rendah sebanyak 8 responden (10,8%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ayu et al., 2023) yang berjudul, “Keterkaitan Antara *Pet Attachment* Dan *Health Related Quality of Life* (HRQOL) Pada Mahasiswa” dengan total keseluruhan 203 responden. Hasil yang didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *pet attachment* dengan kategori sedang yaitu sebanyak 153 responden atau 75.4% dari jumlah keseluruhan responden, sedangkan yang memiliki *pet attachment* dengan kategori tinggi sebanyak 17 responden (8.4%), dan yang memiliki *pet attachment* dengan kategori rendah sebanyak 33 responden (16.3%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Gavriela Kara Duma, 2022) yang berjudul, “Pengaruh *Pet Attachment* dan Dukungan Sosial Terhadap Stres pada Dewasa Awal Selama Pandemi *Covid-19*”. Dalam penelitian ini nilai *pet attachment* sebagian besar responden tergolong pada kelompok sedang, yaitu sebanyak 70 responden dengan persentase sebesar 68.6% dan kategori rendah sebanyak 20 responden dengan persentase sebesar 19.6% dari keseluruhan responden.

Hubungan antara manusia dan hewan peliharaan bukan hanya sekadar hubungan antara pemilik dengan sesuatu yang dimilikinya saja, akan tetapi dilandasi oleh bentuk kasih sayang sehingga akan membentuk keterikatan antara individu dengan hewan peliharaannya, yang bisa diistilahkan dengan *pet attachment*. Keyakinan-keyakinan yang mengacu pada kelekatan yang terbangun saat individu memiliki hewan peliharaan juga melandasi timbulnya sesuatu yang berpotensi menjadi faktor yang mempengaruhi terbangunnya kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* pada seseorang yang mengalaminya (Tyrestafani & Soetjningsih, 2022).

b. Ditribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis

		Frequency (n)	Percent (%)
Valid	Tinggi	21	28.4
	Sedang	45	60.8
	Rendah	8	10.8
	Total	74	100.0

Berdasarkan karakteristik didapatkan jumlah responden yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi tinggi sebanyak 21 responden (28,4%), yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi sedang sebanyak 45 responden (60,8%), dan yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi rendah sebanyak 8 responden (10,8%).

Penelitian ini berbanding lurus dengan penelitian (Tyrestafani & Soetjningsih, 2022) yang berjudul, “Hubungan *Pet Attachment* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Pemilik Kucing Dan Anjing Di Semarang”. Dalam penelitian ini tingkat *psychological well-being* yang Sebagian besarnya juga termasuk dalam kategori sedang yaitu sebesar 53.65 % dengan total keseluruhan 82 responden.

Ryff (1995) menginterpretasikan *psychological well-being* sebagai bentuk dorongan untuk mempelajari potensi diri seseorang secara totalitas. Dorongan tersebut dapat mengakibatkan individu menjadi pasrah oleh keadaan yang menyebabkan *psychological well-being* seseorang menjadi rendah atau berusaha untuk memperbaiki keadaan yang akan membuat *psychological well-being* seseorang tersebut menjadi tinggi. Tujuan khusus sebuah negara, masyarakat, dan individu adalah untuk menghargai dan mengakui bahwa kesejahteraan manusia adalah dasar, fondasi, dan kondisi yang sangat diperlukan dari masyarakat yang sehat dan pengembangan serta kesejahteraannya yang berhasil. Oleh karena itu, *psychological well-being* menekankan terhadap bagaimana dan

mengapa individu melalui hidup dengan hal-hal positif, termasuk penilaian kognitif dan reaksi afektif (Sa'diyah & Amiruddin, 2020)

3. Analisa Bivariat

Tabel 4. 4 Korelasi Pet Attachment dengan Kesejahteraan Psikologis

		Kesejahteraan Psikologis	
		Pet Attachment	
<i>Spearman's rho</i>	Pet Attachment	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.001
		N	74
Kesejahteraan Psikologis		Correlation Coefficient	.382**
		Sig. (2-tailed)	.001
		N	74

Pada penelitian ini diperoleh hasil remaja yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi tinggi sebanyak 32 responden (43,2%), yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi sedang sebanyak 34 responden (45,9%), dan yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi rendah sebanyak 8 responden (10,8%). Sedangkan yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi tinggi sebanyak 21 responden (28,4%), yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi sedang sebanyak 45 responden (60,8%), dan yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi rendah sebanyak 8 responden (10,8%).

Berdasarkan hasil analisa menggunakan uji *rank spearman correlation*, menggambarkan nilai *P-value* sebesar 0,001 ($P < 0,05$) yang bermakna H_0 ditolak dan H_a diterima, maka terdapat Hubungan *Pet Attachment* dengan Kesejahteraan Psikologis. Nilai korelasi juga ditunjukkan pada tabel diatas sebesar 0,382 yang berarti *pet attachment* dengan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang cukup, dengan bentuk hubungan yang positif, dimana semakin rendah tingkat *pet attachment* seseorang maka semakin menurun kesejahteraan psikologisnya begitu pun sebaliknya semakin tinggi tingkat *pet attachment* seseorang maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian (Tyrestafani & Soetjningsih, 2022) yang menjabarkan bahwa berlandaskan hasil pengujian korelasi pada penelitiannya, diketahui jika nilai korelasi *Pearson* sebesar 0,420 disertai dengan nilai signifikan = 0,003 ($p < 0,05$), dengan itu, variabel dalam penelitian ini mempunyai korelasi secara positif yang signifikan antara variabel *pet attachment* dengan variabel *psychological well-being* yang memiliki arti semakin tinggi tingkat *pet attachment* maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being*, begitu juga sebaliknya, jika tingkat *pet attachment* semakin rendah maka semakin rendah pula tingkat *psychological well-being* seseorang. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan jika hipotesis bahwa terdapat adanya hubungan positif yang signifikan pada *pet attachment* dengan *psychological well-being* para pemilik kucing dan anjing diterima.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Indriani & Ervanda, 2021), berdasarkan perhitungan yang telah dilaksanakan dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*, ditemukan korelasi yang signifikan antara *pet attachment* dengan kesejahteraan psikologis pada pencinta hewan peliharaan di Kota Bogor yang mengarah kedalam positif melalui hasil korelasi sebesar 0.489 dengan pengujian 2 arah (*two-tailed*) dan tingkat keyakinan 0.01 (1%), artinya semakin tinggi tingkat *pet attachment* terhadap hewan peliharaan maka semakin tinggi juga tingkat kesejahteraan psikologisnya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat *pet attachment* terhadap hewan peliharaan maka semakin rendah juga tingkat kesejahteraan psikologisnya. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) pada pencinta hewan peliharaan.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian terhadap 74 responden dengan judul Hubungan *Pet Attachment* dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja yang Memiliki Hewan Peliharaan di RW 12 Kota Tangerang, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa remaja yang memiliki hewan peliharaan mempunyai tingkat *pet attachment* yang cukup baik terhadap hewan peliharaannya dan terdapat hubungan yang relevan antara *pet attachment* dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang memiliki hewan peliharaan di RW 12 Kota Tangerang. Didapatkan jumlah responden yang memiliki *pet attachment* dengan frekuensi paling tinggi terdapat pada kategori sedang. Didapatkan juga jumlah responden yang memiliki kesejahteraan psikologis dengan frekuensi paling tinggi terdapat pada kategori sedang. Terdapat hubungan yang signifikan antara *pet attachment* terhadap kesejahteraan psikologis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *pet attachment* dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang memiliki hewan peliharaan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, & Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, edisi revisi VI, Cetakan ke 13. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.
- Arindawanti, R. A. D., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Karyawan Bagian Produksi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(4), 1–15.
<https://doi.org/10.32727/25.2019.30>
- Dewi, A. S. (2021). Pengaruh Penggunaan Website Brisik.Id Terhadap Peningkatan Aktivitas Jurnalistik Kontributor. *Komunika*, 17(2), 1–14. <https://doi.org/10.32734/komunika.v17i2.7560>
- Dewi, S. R., & Yusri, F. (2023). Kecerdasan Emosi Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 65–71.
<https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.109>
- Erliza, Y., & Atmasari, A. (2022). Pengaruh Pet Attachment Terhadap Happiness Pada Pemilik Hewan Peliharaan Di Kecamatan Sumbawa. *Jurnal Psimawa*, 5(1), 54–62. <https://doi.org/10.36761/jp.v5i1.1597>
- Gavriela Kara Duma, T. (2022). Pengaruh Pet Attachment Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Pada Dewasa Awal Selama Pandemi Covid-19. *Berajah Journal*, 2(2), 337–346.
<https://doi.org/10.47353/bj.v2i2.98>
- Girsang, H., Kurniawan. (2022). Perancangan Buku Ilustrasi Pengaruh Positif Hewan Peliharaan pada Psikologi Anak. *Jurnal Penelitian Mahasiswa Desain* (2)160-173.
- Haerani, H., & Daulay, N. (2020). *Dinamika Perkembangan Remaja Problematika dan Solusi*. Jakarta: Kencana.
- Indriani, E., & Ervanda, R. (2021). Hubungan Antara Pet Attachment dengan Psychological Well-Being. *INTENSI: Jurnal Psikologi*, 1(2), 10–15.
- Karen, Chan H.Y. (2010). *Relationship of Pet Attachment and Self-Esteem among Adolescents in Hong Kong*. Hong Kong: Hong Kong Baptist University.
- Kemenkes RI. (2019). InfoDatin-Kesehatan-Jiwa. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Nur Hafizhah, D., Raihana Hamdan. (2021). Hubungan Pet Attachment dengan Psychological Well-Being pada Pemelihara Kucing Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 7(1), 73–76.
<https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/25627>
- Nurwela, T. S., & Israfil. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Pada Remaja; Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(4), 697–704.
- Tan, J.S.Q., Fung, W., Tan, B.S.W., Low, J.Y., Syn, N.L., Goh, Y.X. & Pang, J. (2021). Association between pet ownership and physical activity and mental health during the COVID-19 “circuit breaker” in Singapore. *One Health*, 13, 1-8.
- Tyrestafani, R., & Soetjningsih, C. H. (2022). Hubungan Pet Attachment Dengan Psychological Well Being Pada Pemilik Kucing Dan Anjing di Semarang. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1259–1266.
- Wahidah, R., Hasanah, M., & Alfinuha, S. (2023). Pengaruh Pet Attachment Terhadap Psychological Well Being Pemilik Hewan Peliharaan Di Kota Gresik. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 18(1), 49.
<https://doi.org/10.30587/psikosains.v18i1.5314>