



Perbedaan *Loneliness* dan *Happiness* Pada Orang Dewasa yang Memiliki Hewan Peliharaan dan Tidak Memiliki Hewan Peliharaan

SKRIPSI

CHRETIEN ZAIN

46121010088

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



Perbedaan *Loneliness* dan *Happiness* Pada Orang Dewasa yang Memiliki Hewan Peliharaan dan Tidak Memiliki Hewan Peliharaan

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S-1) pada Program Studi Psikologi

CHRETIEN ZAIN

46121010088

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chretien Zain

NIM : 46121010088

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Perbedaan *Loneliness* dan *Happiness* pada Orang Dewasa yang Memiliki atau Tidak memiliki Hewan Peliharaan

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan bukan plagiat, serta sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 8 September 2025



Zain

Chretien

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Chretien Zain
NIM : 46121010088
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Perbedaan Loneliness dan Happiness pada Orang Dewasa yang Memiliki Hewan Peliharaan dan Tidak Memiliki Hewan Peliharaan

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi. Psikolog ()
NIDN : 0302038003

Ketua Penguji : Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si. ()
NIDN : 0311107804

Penguji 1 : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0330018602

MERCU BUANA

Jakarta, 25 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada program Studi Psikologi di Universitas Mercu Buana, Jakarta. Dalam proses penyusunan Tugas Akhir ini, penulis merasa bersyukur atas bantuan, dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya Tugas Akhir penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog, dan Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.sc. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Ibu Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada Ibu Dearly, yang dengan sabar membimbing, memotivasi, memberikan dukungan selama pengerjaan Tugas Akhir berlangsung
7. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog selaku Dosen *reviewer* dalam seminar proposal saya atas waktu, masukan, dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan penelitian ini.
8. Ibu Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si. selaku dosn ketua sidang dan Ibu Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji yang telah memberikan

saran, arahan dan masukannya sehingga tugas akhir ini dapat menjadi lebih baik lagi.

9. Para Dosen dan Staf Fakultas Psikologi yang saya cintai dan juga hormati yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bantuan selama perkuliahan di Universitas Mercu Buana.
10. Yang teristimewa penulis persembahkan untuk kedua orang tua tercinta Bapak Agus Hindradi dan Mama Rahma Dini Wenty yang senantiasa memberikan do'a,, dukungan yang tiada henti diberikan kepada peneliti. Terima kasih atas semua hal yang telah diberikan, sudah menemani penulis berproses, selalu percaya kepada apapun yang penulis lakukan. Semoga kalian hidup lebih lama agar selalu menemani di setiap langkah yang penulis lakukan.
11. Terima kasih kepada Nenek, Kakak dan Alm. om yang penulis cintai yaitu Amri, Alyaa Rahma, dan Alm. Dede Sepril yang senantiasa memberikan semangat, kasih sayang dan memotivasi penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.
12. Teruntuk sahabat tercinta, Vinky Deviani yang selalu bersedia memberikan waktu dan tenaga, menjadi pendengar dan pemberi solusi terbaik, tempat berbagi segala canda tawa maupun keluh kesah, dengan penulis. Terima kasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan ini, Semoga kita tetap seperti sekarang ini ya sampai kapanpun.
13. Terima kasih kepada sahabat-sahabat, Fatimah, Ghina, Naila, Mancil, Fitri dan Puti untuk segala bantuan, kebahagiaan, semangat, dukungan dan juga selalu memastikan keadaan penulis.
14. Kepada seluruh Asisten Laboratorium Psikometri terima kasih sudah membantu dan telah sabar menghadapi penulis selama proses olah data.
15. Terima kasih untuk teman-teman seperjuangan bimbingan yaitu Pinkan, Liza, Beryl, Ana, Lutfi, Chariza, Fifah, Rini, Salsa, Ica.
16. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu dan berkontribusi selama proses pengerjaan skripsi ini.

17. Terakhir untuk diri saya sendiri, Chretien Zain. Terima kasih untuk selalu bertahan dan berjuang sampai detik ini, terima kasih untuk selalu berusaha menjadi yang lebih baik setiap harinya. Semoga setiap tangisan yang tidak terlihat akan membuahkan hasil yang baik.

Jakarta, 18 Agustus 2025

Penulis,

Chretien Zain



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Chretien Zain

NIM : 46121010088

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Perbedaan *Loneliness* dan *Happiness* pada Orang Dewasa yang Memiliki atau Tidak memiliki Hewan Peliharaan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 8 September 2025

Yang Menyatakan,



Chretien Zain

ABSTRAK

Nama : Chretien Zain

NIM : 46121010088

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Perbedaan *Loneliness* dan *Happiness* pada Orang Dewasa yang Memiliki atau Tidak memiliki Hewan Peliharaan

Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog

Kepemilikan hewan peliharaan yang diyakini mampu memberikan dukungan emosional, mengurangi rasa kesepian, serta meningkatkan kebahagiaan individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kesepian (*loneliness*) dan kebahagiaan (*happiness*) pada orang dewasa yang memiliki hewan peliharaan dan yang tidak memiliki hewan peliharaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Instrumen yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale* dan *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* yang sudah melalui uji validitas dan reliabilitas. Partisipan penelitian berjumlah 158 orang dewasa, yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu individu yang memiliki hewan peliharaan dan individu yang tidak memiliki hewan peliharaan yang dipilih dengan teknik metode *accidental sampling*. Analisis data menggunakan uji beda *non-parametrik*. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan pada tingkat *loneliness* antara orang dewasa yang memiliki hewan peliharaan dan yang tidak ($0.577; p > 0.05$). Demikian pula, pada variabel *happiness*, tidak ditemukan perbedaan signifikan antara kedua kelompok sebesar ($0.250; p > 0.05$). Dengan demikian, keberadaan hewan peliharaan dapat memberikan kenyamanan emosional bagi sebagian orang, tetapi bukan merupakan faktor utama yang menentukan kebahagiaan dan kesepian.

Kata kunci: hewan peliharaan, *loneliness*, *happiness*, orang dewasa

ABSTRACT

Name : Chretien Zain

NIM : 46121010088

Study Program : Psikologi

Thesis Report Title : Perbedaan *Loneliness* dan *Happiness* pada Orang Dewasa yang Memiliki atau Tidak memiliki Hewan Peliharaan

Counsellor : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog

Pet ownership is believed to provide emotional support, reduce feelings of loneliness, and increase individual happiness. This study aims to examine the differences in levels of loneliness and happiness between adults who own pets and those who do not. The research employed a quantitative approach with a comparative design. The instruments used were the UCLA Loneliness Scale and the Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), both of which had been tested for validity and reliability. The participants consisted of 158 adults, divided into two groups: pet owners and non-pet owners, selected using the accidental sampling method. Data were analyzed using a non-parametric difference test. The results showed no significant differences in loneliness between adults who own pets and those who do not (0.577; $p > 0.05$). Similarly, no significant differences were found in happiness between the two groups (0.250; $p > 0.05$). Thus, the presence of pets may provide emotional comfort for some individuals, but it is not the main factor determining happiness or loneliness.

Keywords: *pets, loneliness, happiness, adults*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 <i>Loneliness</i>	8
2.1.1 Pengertian <i>Loneliness</i>	8
2.1.2 Dimensi <i>Loneliness</i>	8
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Loneliness</i>	9
2.2 <i>Happiness</i>	10
2.2.1 Pengertian <i>Happiness</i>	10
2.2.2 Dimensi <i>Happiness</i>	11
2.3 Penelitian Terdahulu.....	12
2.4 Dinamika Penelitian	26

2.5 Kerangka Berpikir	29
2.6 Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.2 Populasi dan Sampel	31
3.2.1 Populasi.....	31
3.2.2 Sampel	31
3.2.3 Teknik Pengambilan Sampling.....	32
3.3 Definisi Operasional.....	32
3.3.1 <i>Loneliness</i>	32
3.3.2 <i>Happiness</i>	33
3.4 Instrumen Penelitian.....	33
3.4.1 Alat Ukur <i>Loneliness</i>	33
3.4.2 Alat Ukur <i>Happiness</i>	35
3.5 Validitas dan Reliabilitas.....	35
3.5.1 Validitas	35
3.5.2 Reliabilitas	42
3.6 Analisis Data	42
3.6.1 Analisis Data Deskriptif.....	42
3.6.2 Uji Normalitas.....	43
3.6.3 Uji Hipotesis	43
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	44
4.1 Gambaran Umum Responden.....	44
4.2 Hasil Analisis Deskriptif dan Kategorisasi	47
4.2.1 Analisis Deskriptif	47
4.2.2 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Penelitian.....	47
4.3 Analisis Inferensial.....	49
4.3.1 Uji Asumsi Klasik.....	49
4.3.2 Uji Hipotesis	50
4.3.3 Uji Beda Berdasarkan Demografi.....	51

4.4 Pembahasan	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Keterbatasan Penelitian	62
5.3 Saran	63
5.2.1 Saran Teoritis.....	63
5.2.2 Saran Praktis	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	68



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	12
Tabel 3. 1 Blueprint <i>Loneliness</i>	34
Tabel 3. 2 Blue Print Alat Ukur <i>Oxford Happiness Questionnaire</i> (OHQ).....	35
Tabel 3. 3 Hasil Tabel Analisa Item <i>Loneliness</i>	37
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas <i>Loneliness</i>	39
Tabel 3. 5 Tabel Analisa Item <i>Happiness</i>	39
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas <i>Happiness</i>	41
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas	42
Tabel 4. 1 Gambaran Responden berdasarkan Data Demografi Usia.....	44
Tabel 4. 2 Gambaran Responden berdasarkan Data Demografi Jenis Kelamin	45
Tabel 4. 3 Gambaran Responden berdasarkan Data Demografi Hewan Peliharaan...	45
Tabel 4. 4 Gambaran Responden berdasarkan Data Demografi Pendidikan Terakhir	45
Tabel 4. 5 Gambaran Responden berdasarkan Data Demografi Pekerjaan	46
Tabel 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Data Demografi Mengikuti Komunitas Hewan Peliharaan/Tidak	46
Tabel 4. 7 Analisis Deskriptif	47
Tabel 4. 8 Rumus Kategorisasi	48
Tabel 4. 9 Kategorisasi <i>Loneliness</i>	48
Tabel 4. 10 Kategorisasi <i>Happiness</i>	49
Tabel 4. 11 Uji Normalitas <i>Loneliness</i> dan <i>Happiness</i>	49
Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis <i>Mann-Whitney U</i>	50
Tabel 4. 13 Uji <i>Mann-Whitney U</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	51
Tabel 4. 14 Uji <i>Kruskal-Wallis</i> Berdasarkan Pendidikan	52
Tabel 4. 15 Uji <i>Kruskal-Wallis</i> Berdasarkan Pekerjaan.....	53
Tabel 4. 16 Uji <i>Mann-Whitney U</i> Berdasarkan Usia.....	54
Tabel 4. 17 Uji <i>Mann-Whitney U</i> Berdasarkan Ikut Komunitas Hewan Peliharaan/Tidak	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Hasil Perhitungan G-Power.....	32
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Expert Jugdment.....	68
Lampiran 2. Kuisisioner Penelitian	96
Lampiran 3. Analisis Deskriptif.....	102

