

## **BAIK DAN BURUKNYA MEMILIKI HEWAN PELIHARAAN**

**Minh-Hoang Nguyen<sup>1</sup>, Ni Putu Wulan Purnama Sari<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Pusat Penelitian Sosial Interdisipliner, Universitas Phenikaa, Hanoi, Vietnam

<sup>2</sup> Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Di media sosial, kita mungkin menemukan video dan gambar hewan peliharaan yang sangat lucu sehingga dapat menghilangkan stres dan membuat kita tersenyum. Tapi, tahukah Anda kalau hewan peliharaan bisa memberi manfaat lebih bagi manusia selain sekadar menghilangkan stres?

Sebuah studi mengenai hubungan hewan peliharaan dan kesehatan manusia menunjukkan bahwa kepemilikan hewan peliharaan dan interaksi dengan hewan peliharaan berhubungan dengan berbagai hasil yang menguntungkan secara fisik [1]. Misalnya, penelitian terhadap 618 sampel di Amerika Serikat menemukan bahwa remaja yang memiliki anjing peliharaan melaporkan tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi [2]. Penelitian lain di Australia menunjukkan bahwa remaja yang melakukan aktivitas berjalan-jalan dengan anjing dan bermain dengan hewan peliharaan lebih memenuhi rekomendasi aktivitas fisik nasional dibandingkan mereka yang tidak memelihara hewan [3]. *American Heart Association* bahkan menyimpulkan bahwa kepemilikan hewan peliharaan, khususnya kepemilikan anjing, berhubungan dengan penurunan risiko penyakit kardiovaskuler [4].

Selain dampak fisik, terdapat bukti yang mendukung dampak positif kepemilikan hewan peliharaan terhadap kesehatan mental, terutama di kalangan kelompok masyarakat kurang beruntung. Rhoades, Winetrobe, dan Rice [5] menemukan bahwa tunawisma yang memiliki hewan peliharaan di Los Angeles memiliki lebih sedikit gejala depresi dan kesepian dibandingkan tunawisma yang tidak memiliki hewan peliharaan. Sementara itu, veteran militer Amerika Serikat yang menderita HIV/AIDS berpendapat bahwa anjing membantu meningkatkan kesejahteraan mereka melalui aktivitas fisik, persahabatan, tanggung jawab, dan pengurangan stres [6].

Untuk populasi normal, memiliki hewan peliharaan dapat menciptakan peluang bagi pemiliknya untuk membentuk hubungan sosial baru, yang darinya mereka dapat menerima dukungan sosial (misalnya: dukungan emosional, informasional, penilaian, dan instrumental) [7]. Selain itu, orang dengan keterikatan yang lebih besar pada

hewan peliharaan selama masa kanak-kanak juga melaporkan empati yang lebih tinggi terhadap hewan [8].

Namun, memiliki hewan peliharaan tidak selalu membawa hasil yang baik. Sebuah penelitian baru-baru ini terhadap 263 warga Australia menemukan bahwa memiliki hewan peliharaan dapat menjadi beban selama pandemi COVID-19, sehingga mengakibatkan kualitas hidup yang lebih buruk. Hasil ini mungkin disebabkan oleh kekhawatiran dalam memenuhi kebutuhan sosial dan perilaku hewan peliharaan selama kondisi *lockdown*. Penelitian ini juga menunjukkan tidak ada hubungan antara kepemilikan hewan peliharaan dan kesepian [9]. Dalam skenario lain, kepemilikan hewan peliharaan berdampak negatif terhadap peluang para tunawisma untuk memanfaatkan layanan perumahan dan pencarian kerja [5].

Interaksi hewan-manusia (khususnya kepemilikan hewan peliharaan) memiliki sisi positif dan negatif tergantung pada konteks dan pola pikir masyarakat [10,11]. Memiliki hewan peliharaan ibarat membuka diri terhadap informasi terkait hewan [12]. Jika masyarakat merasakan manfaat dari informasi tersebut (misalnya berjalan-jalan dengan anjing dan bermain dengan hewan peliharaan), mereka cenderung mengakui dan menerima manfaat yang diberikan oleh hewan peliharaan. Jika tidak, mereka mungkin akan merasa tidak nyaman dan menganggap memelihara hewan sebagai hal yang merugikan (misalnya: kekotoran, kebisingan). Khususnya, penelitian tentang dampak kepemilikan hewan peliharaan sebagian besar dilakukan di negara-negara Barat, di mana masyarakat umumnya mempunyai kesan baik terhadap hewan peliharaan. Di beberapa budaya Asia, hewan peliharaan sering kali distigmatisasi sebagai hewan yang tidak sehat, sehingga dampak positif dari memiliki hewan peliharaan yang ditemukan di negara-negara Barat mungkin tidak berlaku di budaya lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Matchock RL. (2015). Pet ownership and physical health. *Current Opinion in Psychiatry*, 28(5), 386-392. [https://journals.lww.com/co-psychiatry/Abstract/2015/09000/Pet\\_ownership\\_and\\_physical\\_health.9.aspx](https://journals.lww.com/co-psychiatry/Abstract/2015/09000/Pet_ownership_and_physical_health.9.aspx)
- [2] Sirard JR, et al. (2011). Dog ownership and adolescent physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 40(3), 334-337. [https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797\(10\)00704-X/fulltext](https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797(10)00704-X/fulltext)
- [3] Martin KE, et al. (2015). Not just "a walking the dog": Dog walking and pet play and their association with recommended physical activity among

- adolescents. *American Journal of Health Promotion*, 29(6), 353-356. <https://journals.sagepub.com/doi/10.4278/ajhp.130522-ARB-262>
- [4] Levine GN, et al. (2013). Pet ownership and Cardiovascular risk. *Circulation*, 127, 2353–2363. <https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/cir.0b013e31829201e1>
- [5] Rhoades H, Winetrobe H, & Rice E. (2015). Pet ownership among homeless youth: Associations with mental health, service utilization and housing status. *Child Psychiatry & Human Development*, 46, 237–244. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10578-014-0463-5>
- [6] Kruger KS, et al. (2014). Perceptions of companion dog benefits on well-being of US military veterans with HIV/AIDS. *Southern Medical Journal*, 107(3), 188-193. <https://sma.org/southern-medical-journal/article/perceptions-of-companion-dog-benefits-on-well-being-of-us-military-veterans-with-hiv/aids/>
- [7] Wood L, et al. (2015). The pet factor - companion animals as a conduit for getting to know people, friendship formation and social support. *PLoS ONE*, 10(4), e0122085. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0122085>
- [8] Rothgerber H, Mican F. (2014). Childhood pet ownership, attachment to pets, and subsequent meat avoidance. The mediating role of empathy toward animals. *Appetite*, 79, 11-17. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666314001597>
- [9] Phillipou A, et al. (2021). Pet ownership and mental health during COVID-19 lockdown. *Australian Veterinary Journal*, 99(10), 423-426. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/avj.13102>
- [10] Vuong QH, Nguyen MH, La VP. (2022). *The mindsponge and BMF analytics for innovative thinking in social sciences and humanities*. Berlin: De Gruyter. <https://books.google.com/books?id=EGeEEAAAQBAJ>
- [11] Vuong QH. (2022). *Mindsponge theory*. <https://books.google.com/books?id=OSiGEAAAQBAJ>
- [12] Nguyen MH, et al. (2022). Introduction to Bayesian Mindsponge Framework analytics: An innovative method for social and psychological research. *MethodsX*, 9, 101808. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2215016122001881>