



The Relationship Between Pet Attachment And Emotional Focused Coping Among College Students Who Own Cats

Salmaa Asmahan Fa'izah¹, Mustaqim Setyo Ariyanto²

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

Abstract : Emotional focused coping in college students is influenced by several factors, one of which is external factors such as environmental conditions and the receipt of social support. This study aims to determine the relationship between pet attachment and emotional focused coping in college cat owners. The research method used is quantitative correlation using accidental sampling technique. The sample used by the researcher was 203 respondents who were college cat owners in Yogyakarta. Data collection used a pet attachment scale and emotional focused coping. Research data analysis used a product moment correlation test. The results of this study indicate that there is a relationship between pet attachment and emotional focused coping in college cat owners in Yogyakarta with a significant value (sig) of 0.001 ($p < 0.05$) meaning that when the level of emotional focused coping increases, the level of pet attachment tends to decrease, or vice versa. These findings are expected to help readers understand how attachment patterns with pets influence students' emotional coping strategies in the modern era.

Keywords : Emotional Focused Coping; Pet Attachment; Students.

Hubungan Antara Pet Attachment Dengan Emotional Focused Coping Pada Mahasiswa Pemilik Kucing

Abstrak : *Emotional focused coping* mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor eksternal seperti kondisi lingkungan dan penerimaan dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* dengan *emotional focused coping* pada mahasiswa pemilik kucing. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasi dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Sampel yang digunakan oleh peneliti sebanyak 203 responden yang merupakan mahasiswa pemilik kucing di Yogyakarta. Pengumpulan data menggunakan skala *pet attachment* dan *emotional focused coping*. Analisis data penelitian menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil dari penelitian ini yaitu menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *pet attachment* dengan *emotional focused coping* pada mahasiswa pemilik kucing di Yogyakarta dengan nilai signifikan (sig) sebesar 0,001 ($p < 0,05$) artinya ketika tingkat *emotional focused coping* meningkat, tingkat *pet attachment* cenderung menurun, atau sebaliknya. Temuan ini diharapkan dapat membantu pembaca memahami bagaimana pola kelekatan dengan hewan peliharaan mempengaruhi strategi koping emosional mahasiswa di era modern.

Kata kunci : *Emotional Focused Coping*; *Pet Attachment*; Mahasiswa.

Article history

Received: 21 October 2025

Revised: 16 November 2025

Accepted: 21 December 2025

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution (CC-BY) license



Corresponding Author: Salmaa Asmahan Fa'izah ; salmafaizza4@gmail.com

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan salah satu peserta didik yang membuktikan pendidikan yang diharapkan menjadi penerus tenaga profesional yang memiliki kemampuan dalam membangun bangsa (Kamarullah, 2022). Menurut Powers (Saputra & Dewi, 2023) mahasiswa merupakan fase perkembangan yang berbeda dari fase perkembangan lainnya karena memiliki masalah dan tanggung jawab yang berbeda. Menurut Santrock (Bustan, 2015) masa beranjak dewasa Adalah masa transisi

dari remaja menuju ke dewasa yang berlangsung antara usia 18 sampai 25 tahun. Sementara menurut Hurlock (Lestari, 2022) masa dewasa awal adalah periode untuk menyesuaikan diri terhadap pola dan harapan baru, dimana seseorang perlu penyesuaian diri dengan berbagai hal baru yang akan atau sedang terjadi.

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan dihadapkan berbagai tantangan akademik maupun non-akademik (Rohmadani & Setiyani, 2019). Setiap mahasiswa di perguruan tinggi, entah itu di universitas negeri, swasta, maupun lembaga pendidikan tinggi lainnya, memiliki tanggung jawab untuk merampungkan studi mereka dalam jangka waktu yang telah ditetapkan.

Berbagai kendala atau kesulitan yang dihadapi mahasiswa sepanjang masa perkuliahan berpotensi menjadi persoalan serius (Iqramah dkk, 2018). Menurut Rossiana (Tuasikal & Retnowati, 2019), banyak mahasiswa yang belum berhasil menyesuaikan cara belajar dengan kebutuhan perkuliahan, terkejut menghadapi waktu belajar yang lebih panjang dan berbeda dari sebelumnya, serta tidak dapat mengatur waktu untuk belajar, kuliah, dan kegiatan organisasi secara seimbang. Ketidakmampuan dalam mengatasi stres dan tekanan membuat mahasiswa cenderung menghindari dari hal-hal yang menjadi sumber tekanan.

Masalah kesehatan mental seperti *stress*, depresi, dan kecenderungan bunuh diri sering terjadi, ini dibuktikan oleh data dari LITBANGKES tahun 2016 pada usia 10-39 tahun sebanyak 1.800 orang melakukan percobaan bunuh diri. Esaugm (Nugraha dkk, 2024) hal tersebut meningkat pada tahun 2018 dari RISKESDAS pada usia 15 tahun keatas mengalami depresi sebanyak 12 juta penduduk, dan 19 juta mengalami gangguan mental emosi. Data menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa cukup tinggi, yakni 71-88% secara global, 39,6-61,3% di Asia, dan 36,7-71,6% di Indonesia (Imelisa dkk, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian tahun 2023 di STIKes Surya Global Yogyakarta, tingkat stres responden terbagi menjadi dua kategori utama: 66,1% atau 39 orang berada pada kategori stres sedang, sedangkan 3,6% atau 2 orang masuk dalam kategori stres berat (Wahyuni & Handayani, 2024). Sebuah penelitian lain yang dilakukan Handayani & Nirmalasari (2020) pada mahasiswa Universitas Achmad Yani Yogyakarta memperlihatkan bahwa 13 mahasiswa perempuan (6,92%) berada dalam kategori stres berat. Sementara itu, 76 mahasiswa lokal (80,85%) mengalami stres tingkat sedang, dan 10 mahasiswa perantauan (10,64%) menunjukkan tingkat stres berat yang lebih dominan.

Stres akademik memberikan dampak dalam bentuk respons fisik, emosional, perilaku, dan pola pikir pada mahasiswa, sebagaimana dikemukakan Azmy (Tantriati dkk, 2023). Berbagai penelitian menunjukkan mahasiswa yang tertekan mengalami berbagai konsekuensi negatif seperti prestasi akademik yang menurun, kesehatan yang terganggu, depresi, dan gangguan pola tidur. Yang lebih memprihatinkan, terdapat laporan tentang upaya bunuh diri di kalangan mahasiswa yang diindikasikan disebabkan oleh tekanan stres (Rivaldi, 2024).

Menurut temuan Barcelos dkk (Tsania dkk, 2023), aktivitas memelihara dan bermain dengan hewan peliharaan memberikan dampak positif terhadap perubahan emosi, yakni menurunkan perasaan negatif dan meningkatkan perasaan positif. Ketika individu menghadapi stres, kehadiran hewan peliharaan di sekelilingnya berperan dalam memelihara kondisi emosi positif. Hal ini diperkuat oleh Parello (Tsania dkk, 2023) yang menyatakan bahwa interaksi dengan hewan peliharaan menjadi metode efektif untuk meredakan stres, sebab hubungan emosional yang terbangun antara manusia dan hewan peliharaan dapat diinterpretasikan sebagai salah satu bentuk dukungan sosial.

Setelah melakukan wawancara terhadap 5 orang yang memelihara kucing, dapat disimpulkan bahwa ketika mereka sedang memiliki masalah atau stres, mereka cenderung untuk memberi jarak atau ruang terlebih dahulu agar lebih tenang, kemudian setelah dirasa sudah tenang mereka akan menghadapi dan menyelesaikan permasalahan tersebut. Mereka mengalihkan perhatian mereka kepada hal lain, seperti berinteraksi, mengelus, memberi makan, dan membersihkan kotoran kucing

hal tersebut dapat membuat mereka merasa lebih baik. Semua mahasiswa menganggap kucing dapat membantu mereka untuk meredakan emosi ketika sedang mengalami permasalahan.

Menurut Sarafino (Pambudhi dkk, 2022) *stress* adalah suatu kondisi dimana muncul karena ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan. Fenomena tersebut dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik seseorang. Coping *stress* menurut Folkman dan Lazarus adalah cara individu menggunakan pikiran dan tindakan untuk menghadapi, mengurangi, atau menerima tekanan yang berada di luar kemampuan adaptasinya (Aqli, 2024). Coping *stress*, menurut Lazarus & Folkman (Nirwana & Ambarita, 2021), dapat dibedakan menjadi dua bentuk utama, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Menurut Lazarus dan Folkman (Sandiana dkk, 2018) menjelaskan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi coping yang berorientasi pada pencarian solusi terhadap sumber masalah, sementara *emotional focused coping* adalah strategi yang bertujuan meredakan tekanan emosional yang dialami.

Menurut Hestiningrum (Ba'diah dkk, 2021) salah satu faktor *emotional focused coping* adalah faktor eksternal seperti kondisi lingkungan dan penerimaan dukungan sosial. Zimet dkk (Tsania dkk, 2023) mengidentifikasi sumber *social support* atau dukungan sosial dari keluarga, teman, dan sumber penting lainnya, di mana hewan peliharaan dapat dikategorikan sebagai salah satu sumber penting yang dimaksud.

Pada zaman dahulu orang memelihara hewan peliharaan hanya untuk kebutuhan industri, seperti menggembala hewan, menjaga rumah, dan berburu. Akan tetapi seiring berjalannya waktu, pada zaman sekarang hewan peliharaan dijadikan sebagai teman, menyenangkan pemiliknya, memberikan rasa nyaman, dan aman (Roslia & Andriani, 2023). Survey "National Pet Owners Survey" yang dilakukan oleh *American Pet Products Association* tahun 2021-2022 ditemukan sekitar 70% rumah tangga Amerika Serikat memiliki hewan peliharaan (Roslia & Andriani, 2023). Data survei Rakuten Insight di Indonesia tahun 2021 memperlihatkan bahwa dari berbagai jenis hewan peliharaan, kucing mendominasi dengan persentase 47%, diikuti burung 18%, dan anjing 10%, sehingga dapat disimpulkan bahwa masyarakat Indonesia lebih cenderung memilih kucing sebagai hewan peliharaan (Tsania dkk, 2023).

Garrity (Saputra & Dewi, 2023) mendefinisikan *pet Attachment* sebagai keterikatan emosional antara pemilik dengan hewan peliharaannya. Ratschen (Amelia & Maryatmi, 2023) mengemukakan bahwa kepemilikan hewan peliharaan dan dampak potensialnya terhadap kesehatan fisik serta mental manusia merupakan salah satu fokus penelitian HAI (*Human-Animal Interactions*), penelitian tersebut menunjukkan bahwa interaksi dan hubungan dengan hewan pendamping bisa memberikan manfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan manusia, melalui mekanisme hipotesis yang melibatkan ikatan atau persahabatan yang diberikan oleh hewan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pet attachment berperan dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional (Tsania et al., 2023; Barcelos et al., 2022). Namun, masih sedikit penelitian yang secara khusus meninjau hubungan antara pet attachment dan emotional focused coping pada mahasiswa pemilik kucing, khususnya dalam konteks budaya Indonesia. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dijawab. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin melihat bagaimana hubungan antara kelekatan dengan kucing peliharaan dan cara mahasiswa mengatasi stres secara emosional.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasi. Subjek penelitian yang digunakan adalah mahasiswa/i berusia 18-25 tahun yang memiliki kucing di Yogyakarta. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 203 responden, sampel yang diambil dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*.

Peneliti menggunakan dua instrumen pengukur, yaitu skala *pet attachment* dan skala *emotional focused coping*. Jenis skala yang digunakan yaitu skala likert. Skala likert merupakan alat ukur yang mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai

fenomena sosial yang terdiri dari empat tingkat jawaban, yaitu Sangat Setuju = 1, Setuju = 2. Tidak Setuju = 3, Sangat Tidak Setuju = 4. Sebelum skala digunakan peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas. Skala *pet attachment* dari 39 terdapat 17 aitem gugur sehingga total aitem yang tersisa terdapat 22 aitem dengan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,944, sedangkan untuk skala *emotional focused coping* dari 40 aitem terdapat 13 aitem yang gugur sehingga total aitem yang tersisa 27 aitem dengan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,912.

Prosedur pengumpulan data penelitian ini melalui penyebaran kuesioner google form secara online melalui media sosial. Teknik analisis data yang digunakan terdiri dari dua tahap, yaitu pengujian normalitas dan linearitas melalui uji *Kolmogorov-Smirnov*, kemudian dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dengan perangkat lunak SPSS 21 *for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Data Demografi

Variabel	Frekuensi (N)	Presentase
Usia		
18	3	2%
19	18	9%
20	26	13%
21	69	35%
22	53	27%
23	16	8%
24	10	5%
25	8	4%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	103	51%
Perempuan	100	49%
Asal Universitas		
PTN	91	45%
PTS	112	55%
Total	203	100%

Pada penelitian ini, terdapat 203 responden yang berpartisipasi, tercatat bahwa mayoritas responden berusia 21 tahun dan 22 tahun memiliki jumlah tertinggi. Jumlah jenis kelamin laki-laki mendapatkan presentasi lebih tinggi dari perempuan yaitu 51% atau 103 responden sementara persentase perempuan 49% atau 100 responden. Berdasarkan asal universitas, frekuensi tertinggi berada di PTS sebesar 55% atau 112 responden.

Tabel 2. Gambaran Variabel Emotional Focused Coping dan Pet Attachment

Variabel	Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi (N)	Presentase
<i>Emotional Focused Coping</i>	Rendah	$X < 57$	34	16.7%
	Sedang	$57 \leq X < 73$	84	41.4%
	Tinggi	$73 \leq X$	85	41.9%
<i>Pet Attachment</i>	Rendah	$X < 52$	4	2.0%
	Sedang	$52 \leq X < 66$	82	40.4%
	Tinggi	$66 \leq X$	117	57.6%

Hasil kategorisasi *emotional focused coping* didapatkan kategorisasi tingkat tinggi sebesar 41,9% dengan 85 responden, tingkat sedang 41,4% dengan 84 responden, dan tingkat rendah 16,7% dengan 34 responden. Sedangkan hasil kategorisasi *pet attachment* didapatkan kategorisasi tinggi 57,6% atau 117 responden, tingkat sedang 40,4% atau 82 responden, dan 2% atau 4 responden tingkat kategori rendah.

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Indeks Normalitas	Sig (p)	Keterangan
Data Residual	0,503	0,478	Data terdistribusi normal

Hasil uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* menunjukkan bahwa data variabel *emotional focused coping* dan *pet attachment* terdistribusi secara normal dengan nilai signifikansi sebesar 0,478 ($p < 0,05$).

Tabel 4. Uji Linieritas

Variabel	Linearity		Deviation from Linearity		Keterangan
	F	Sig (p)	F	Sig (p)	
Emotional Focused coping*Pet Attachment	10,818	0,001	0,964	0,527	Linier

Berdasarkan tabel dibawah, diketahui hasil uji linieritas variabel *emotional focused coping* dengan *pet attachment* yaitu nilai $p(\text{Flinearity}) = 0,001 < 0,05$ dan $p(\text{deviation from linearity}) = 0,527 > 0,05$. Maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel *emotional focused coping* dengan variabel *pet attachment*.

Tabel 5. Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig (p)	Keterangan
Emotional Focused coping*Pet Attachment	-0,227	0,001	Signifikan

Hasil pengujian hipotesis melalui analisis korelasi *product moment* mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar -0,227. Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan negatif antara *emotional focused coping* dan *pet attachment*, yang berarti ketika tingkat *emotional focused coping* meningkat, *pet attachment* cenderung mengalami penurunan, demikian pula sebaliknya.

Tabel 6. Uji Koefisien Determinasi

Variabel	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Emotional focused coping*Pet Attachment	-.227	.051	.440	.193

Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R square sebesar 0,051, yang mengindikasikan bahwa variabel *pet attachment* memberikan Sumbangan Efektif (SE) sebesar 5,1% terhadap *emotional focused coping*, sementara 94,9% sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar cakupan penelitian ini.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *pet attachment* dengan *emotional focused coping* pada mahasiswa pemilik kucing di Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel, dengan koefisien korelasi $r = -0,227$ dan signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,005$). Hal ini menunjukkan arah hubungan yang negatif dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *pet attachment* yang dimiliki mahasiswa terhadap kucing peliharaannya, maka semakin rendah penggunaan *emotional focused coping* dalam menghadapi stres. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *pet attachment*, maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa menggunakan *emotional focused coping*.

Mahasiswa yang memiliki *pet attachment* yang tinggi dengan kucing peliharaannya cenderung mendapatkan dukungan emosional yang memadai dari interaksi dengan hewan peliharaannya. Hasil ini selaras dengan riset Parello (Tsania dkk, 2023) yang menyebutkan bahwa berinteraksi dengan hewan peliharaan merupakan salah satu cara mengurangi stres, sebab ikatan emosional dengan hewan peliharaan dapat berperan sebagai sumber dukungan sosial.

Interaksi dengan hewan peliharaan dapat berfungsi sebagai bentuk coping yang lebih adaptif dan langsung. Penelitian Barcelos dkk (Tsania dkk, 2023) menunjukkan bahwa bermain dengan hewan peliharaan dapat mengubah perasaan, merawat dan bermain bersama hewan peliharaan dapat mengurangi perasaan buruk dan meningkatkan perasaan baik. Dengan demikian, mahasiswa yang memiliki *pet attachment* tinggi mungkin secara otomatis melakukan strategi coping yang lebih konstruktif melalui interaksi dengan kucing mereka, sehingga tidak perlu menggunakan *emotional focused coping* yang cenderung bersifat menghindar atau menekan emosi.

Pet attachment dapat memberikan rasa aman dan kenyamanan psikologis yang membuat mahasiswa lebih mampu menghadapi stres secara langsung. Johnson (Erliza & Atmasari, 2022) menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki kelekatan dengan hewan peliharaan menganggap bahwa hewan tersebut sebagai tempat untuk berlindung yang aman, sumber dukungan, kenyamanan dan bantuan ketika dibutuhkan.

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi, diperoleh nilai R square sebesar 0,051 yang mengindikasikan bahwa pengaruh *pet attachment* terhadap *emotional focused coping* hanya sebesar 5,1%, dengan 94,9% sisanya ditentukan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam pada penelitian ini. Dari segi kategorisasi, terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa pemilik kucing menunjukkan kemampuan coping emosional yang baik dan memiliki kelekatan yang tinggi terhadap hewan peliharaannya, yang pada akhirnya dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan mental dan emosional mereka.

SIMPULAN

Berdasarkan pengujian hipotesis yang dilakukan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment Pearson*, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *emotional focused coping* dan *pet attachment*. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,001, yang mana nilai tersebut berada jauh di bawah ambang batas signifikansi konvensional ($\alpha = 0,05$). Adapun kekuatan dan arah hubungan kedua variabel ditunjukkan oleh koefisien korelasi sebesar -0,227. Tanda negatif pada koefisien tersebut mengindikasikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang bersifat berlawanan arah atau terbalik, artinya ketika seseorang yang memiliki kecenderungan tinggi dalam menggunakan strategi *emotional focused coping* cenderung menunjukkan tingkat *pet attachment* yang lebih rendah terhadap hewan peliharaan mereka. Sebaliknya, ketika penggunaan *emotional focused coping* menurun, tingkat *pet attachment* akan cenderung meningkat.

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dikembangkan lagi. Sebagian besar responden berasal dari perguruan tinggi swasta, sehingga hasilnya tidak sepenuhnya mewakili populasi mahasiswa secara keseluruhan. Berdasarkan hal tersebut, diharapkan penelitian mendatang dapat melibatkan populasi yang lebih beragam, mempertimbangkan variabel sehingga lebih mendapatkan gambaran yang komprehensif, dan membandingkan dampak keterikatan terhadap hewan peliharaan lain untuk menentukan apakah ada perbedaan signifikan dalam *emotional focused coping* di antara pemilik berbagai jenis hewan.

REFERENSI

- Amelia, S., & Maryatmi, A. S. (2023). Hubungan Kelekatan Hewan Peliharaan Dan Karakteristik Kepribadian Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Persada Indonesia Y.A.I. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(2), 25–33. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i2.2157>

- Aqli, A. Z. (2024). Gambaran Strategi Coping Pada Siswa Sman 1 Tebing Tinggi Yang Sekolah Sambil Bekerja. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 4(2), 1–7. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v4i3.4631>
- Ba'diah, I. L., Rahayu, D., & Putri, E. T. (2021). Koping Berfokus Emosi dan Harapan terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 646. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6505>
- Bustan, R. (2015). Persepsi Dewasa Awal Mengenai Kursus Pranikah. *Jurnal AL-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 3(1), 82–95. <http://dx.doi.org/10.36722/sh.v3i1.199>
- Erliza, Y., & Atmasari, A. (2022). Pengaruh Pet Attachment Terhadap Happiness Pada Pemilik Hewan. *Jurnal Psimawa*, 5(1). <http://jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA>
- Handayani, E., & Nirmalasari, N. (2020). Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan dan Bukan Perantauan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(3), 63–66. <http://dx.doi.org/10.33846/sf11nk311>
- Imelisa, R., Sarja, A. N. A. S., & Bolla, I. N. (2023). Penggunaan koping pet attachment untuk mengatasi stress akademik pada mahasiswa. *JOURNAL OF Mental Health Concerns*, 2(1), 16–22. <https://doi.org/10.56922/mhc.v2i1.362>
- Iqramah, N., Nurhasanah, & Nurbaity. (2018). Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping) Dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 1–7. <https://jim.usk.ac.id/pbk/article/view/6209>
- Kamarullah, M. S. (2022). Coping Stress Pada Mahasiswa Menyusun Skripsi (Studi Kasus). *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 1369–1376. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v8i>
- Lestari, R. F. (2022). Strategi Coping Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Big Five Personality. *Acta Psychologia*, 3(1), 29–37. <https://doi.org/10.21831/ap.v3i1.40039>
- Nirwana, N., & Ambarita, T. F. . (2021). Gambaran Coping Stress Ibu Selama Mendampingi Anak Belajar Daring Di Sd Swasta Santo Petrus. *Jurnal Psikologi Hkbp Nommense*, 8(2), 10–28. <https://doi.org/10.36655/psikologi.v8i2.907>
- Pambudhi, Y. A., Marhan, C., Fajriah, L., & Abas, M. (2022). Strategi Coping Stress Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Amal Pendidikan*, 3(2), 110. <https://doi.org/10.36709/japend.v3i2.22315>
- Rivaldi, A. Al. (2024). Analisis Faktor Penyebab Stres Pada Mahasiswa dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(1), 1–11. <https://doi.org/10.55606/detector.v2i3.4378>
- Rohmadani, Z. V., & Setiyani, R. Y. (2019). Aktivitas religius untuk menurunkan tingkat stres mahasiswa yang sedang skripsi. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 108. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15135>
- Roslia, A., & Andriani, I. (2023). Hubungan Pet Attachment dan Loneliness pada Individu yang Mengalami Pet Loss. *JIMPS: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(4), 3740–3749. <https://doi.org/10.24815/jimps.v8i4.26235>
- Sandiana, L. A., Ika, I., & Oriza, D. (2018). Peran Coping Berfokus Emosi sebagai Mediator Pada Hubungan antara Kepribadian dan Penggunaan Internet Bermasalah. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 9(1), 49–61. <https://doi.org/10.26740/jptt.v9n1.p49-61>
- Saputra, D., & Dewi, G. A. P. (2023). Keterkaitan Antara Pet Attachment dan Health Related Quality of Life (HRQOL) pada Mahasiswa. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 14(01). <https://doi.org/10.51353/inquiry.v14i01.740>
- Tantriati, A., Putri, T. H., & Rahmawati, N. (2023). Hubungan pet attachment dengan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan pasca pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4), 827–838. [10.26714/jkj.11.4.2023.827-838](https://doi.org/10.26714/jkj.11.4.2023.827-838)

- Tsania, S. R., Hidayat, I. N., & Ramdani, Z. (2023). Pet Attachment Sebagai Mediator Pengaruh Perceived Stress Terhadap Affect Pada Mahasiswa Pemilik Kucing. *Journal of Psychology Students*, 2(2), 109–125. <https://doi.org/10.15575/jops.v2i2.31039>
- Tuasikal, A. N. A., & Retnowati, S. (2019). Kematangan Emosi, Problem-Focused Coping, Emotion-Focused Coping dan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 105. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46356>
- Wahyuni, V. N., & Handayani, N. (2024). Hubungan kepercayaan diri dengan stres mahasiswa tingkat akhir keperawatan anestesiologi Universitas ' Aisyiyah Yogyakarta. 2(September), 1418–1423.
- Nugraha, L., Usman, I., & Husnaini, R., Th, S., Ag, M. (2024). Studi Eksploratif Kelekatan dengan Hewan Peliharaan dalam Mengatasi Stres pada Dewasa Awal Pemilik Anjing dan Kucing Di Kota Bandung 1, 59–68. <https://jurnal.yoi.ac.id/index.php/pspp/article/view/318>