

ABSTRAK

Irene Santoso (150120228)

Eksplorasi Dampak Terapeutik Aktivitas Berbantuan Hewan dalam Menurunkan Afek Negatif dan Kecemasan di Kalangan Mahasiswa: Studi Eksperimen

Skripsi program gelar jenjang Sarjana Strata I

Fakultas Psikologi Universitas Surabaya

Laboratorium Psikologi Umum (2023)

Dalam dunia terapi, penggunaan Animal-Assisted Activities (AAA) sudah lumrah ditemui di luar Indonesia. AAA sendiri telah terbukti dalam meningkatkan subjective well-being untuk banyak rentang usia. Manfaat dari Human Animal Interaction yang telah banyak terbukti ini menjadi pendorong munculnya program campus dog, dimana anjing melakukan kunjungan ke kampus untuk membantu mahasiswa yang memiliki masalah emosi. Namun sayangnya, penelitian terkait AAA di Indonesia masih sangat terbatas. Maka dari itu, peneliti melakukan eksperimen pengaruh AAA terhadap tingkat negative affect (NA) dan state anxiety (SA) mahasiswa Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest random assignment yang terdiri dari 3 kelompok dengan perlakuan berbeda yaitu, AAA, Virtual AAA, dan relaksasi. Total partisipan yang mengikuti penelitian ini adalah 97 partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa AAA, Virtual AAA, dan relaksasi sama efektifnya dalam menurunkan negative affect (NA) dan state anxiety (SA) dengan hasil p-value < 0.05. Temuan ini secara signifikan memperkuat bukti efektivitas pendekatan ini dalam mengelola emosi negatif dan kecemasan di kalangan mahasiswa.

Keywords: *Animal-Assisted Activities, Human Animal Interaction, Negative Affect, State Anxiety*

ABSTRACT

Irene Santoso (150120228)

Exploring The Therapeutic Impact Of Animal Assisted Activities On Reducing Negative Affect And State Anxiety Among College Students: An Experimental Study

Thesis for the Bachelor's degree program

Faculty of Psychology, University of Surabaya

General Psychology Laboratory (2023)

In the field of therapy, the use of Animal-Assisted Activities (AAA) is commonly encountered outside Indonesia. AAA has proven to enhance subjective well-being across various age groups. The benefits of Human-Animal Interaction, well-established in many cases, have led to the emergence of campus dog programs, where dogs visit campuses to assist students facing emotional challenges. Unfortunately, research related to AAA in Indonesia is still limited. Therefore, the researchers conducted an experiment to examine the influence of AAA on the levels of negative affect (NA) and state anxiety (SA) among Indonesian students. This study employed a pretest-posttest random assignment design with three groups undergoing different treatments: AAA, Virtual AAA, and relaxation. The total participants in this study were 97 individuals. The research findings indicate that AAA, Virtual AAA, and relaxation are equally effective in reducing negative affect (NA) and state anxiety (SA), with a p -value < 0.05 . These results significantly strengthen the evidence of the effectiveness of this approach in managing negative emotions and anxiety among students.

Keywords: *Animal-Assisted Activities, Human Animal Interaction, Negative Affect, State Anxiety*