



Peran Komunikasi *Terapeutik* terhadap Lembaga Penyelenggara Pemilu dalam Menjaga Kesehatan Mental Petugas Pemilu 2024

Widia Sari Tresnoati^{1*}, Widi Sawitri², Ayu Selvia³

¹Pascasarjana KPI, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN SGD Bandung

* weedy89@gmail.com

ABSTRAK

Kondisi disproportionalitas petugas pemilu rentan mengganggu kesehatan mental pada dirinya bahkan akan berakibat pada kondisi fisik yang lemah. Gangguan kesehatan mental dapat terdiri dari gangguan kecemasan, stres, dan depresi. Untuk menjaga kesehatan mental petugas pemilu, diperlukan peran Lembaga Penyelenggara Pemilu untuk menerapkan teknik komunikasi terapeutik dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi petugas pemilu sehingga dapat tercipta stabilitas kerja dalam proses pemilu serentak 2024. Maka, tulisan ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana fungsi komunikasi terapeutik terhadap Lembaga Penyelenggara Pemilu dalam menjaga kesehatan mental petugas pemilu 2024. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif non interaktif dengan jenis penelitian kepustakaan (*Library Research*). Adapun hasil dari penelitian ini adalah terdapat beberapa teknik komunikasi terapeutik yang dapat dijalankan oleh Lembaga Penyelenggara Pemilu untuk menjaga kesehatan mental petugas pemilu, di antaranya: teknik mendengarkan, teknik bertanya, teknik menyimpulkan, dan teknik mengubah cara pandang. Keempat teknik tersebut menjadi solusi efektif dalam menjaga kesehatan mental petugas pemilu saat menjalankan proses pemilu serentak 2024.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, Petugas Pemilu, Komunikasi Terapeutik

ABSTRACT

The condition of election officials' disproportionality is prone to disrupting their mental health and can even result in a weak physical condition. Mental health disorders can consist of anxiety, stress and depression. To maintain the mental health of election officials, the role of Election Organizing Institutions is needed to apply therapeutic communication techniques in solving problems faced by election officials so that work stability can be created in the 2024 simultaneous election process. Therefore, this article aims to explain how therapeutic communication functions for Election Organizing Institutions. in maintaining the mental health of election officials in 2024. This research was conducted using non-interactive qualitative methods with the type of library research (Library Research). The results of this research are that there are several therapeutic communication techniques that can be implemented by Election Organizing Institutions to maintain the mental health of election officials, including: listening techniques, questioning techniques, concluding techniques, and techniques for changing perspectives. These four techniques are effective solutions in maintaining the mental health of election officials when carrying out the 2024 simultaneous election process.

Keywords: Mental Health, Election Officers, Therapeutic Communication

PENDAHULUAN

Di tahun 2024, Indonesia akan memasuki sebuah perhelatan politik yang besar yaitu pemilihan umum presiden, DPR, DPD, dan DPRD, serta pemilihan kepala daerah serentak. Kemampuan rakyat Indonesia dalam mempraktekkan demokrasi akan diuji dalam pemilu serentak ini. Situasi yang harus dihadapi dan membutuhkan komitmen yang kuat dalam menjaga stabilitas negara untuk mengatasi tantangan yang akan terjadi pada bangsa Indonesia.

Lembaga Penyelenggara Pemilu sesuai UU No. 15 tahun 2011 tentang penyelenggara pemilihan umum terdiri dari tiga lembaga yaitu Komisi Pemilihan Umum (KPU), Badan Pengawas Pemilu (Bawaslu), dan Dewan Kehormatan Penyelenggara Pemilu (DKPP). Ketiga lembaga tersebut merupakan garda terdepan dalam mensukseskan pesta demokrasi lima tahunan tersebut. Khusus untuk lembaga KPU dan Bawaslu selain dibentuk di tingkat pusat, dibentuk pula di tiap provinsi dan kota/kabupaten. Di tingkat Kota/Kabupaten, baik KPU maupun Bawaslu dibantu oleh badan *ad hoc* mulai dari tingkat kecamatan hingga yang bertugas di tingkat Tempat Pemungutan Suara (TPS). Badan *ad hoc* bertugas untuk membantu dalam hal lebih teknis kinerja KPU dan Bawaslu di sesuai tingkatan. (UU No. 15 tahun 2011).

Merefleksi dari pemilu 2019, berdasarkan data Kementerian Kesehatan melalui Dinas Kesehatan tiap Provinsi mencatat petugas Kelompok Penyelenggara Pemungutan Suara (KPPS) yang sakit mencapai 11.239 orang dan korban meninggal sebanyak 894 jiwa dengan korban meninggal terbanyak dari provinsi Jawa Barat (Kompas.com). Sedangkan, berdasarkan data Bawaslu RI Panitia Pengawas Pemilu (Panwaslu) yang meninggal di sejumlah daerah sebanyak 92 orang (cnnindonesia.com). Menurut Arief Budiman, Ketua KPU RI periode 2017-2022, beban kerja saat prosesi pemilu cukup berat sehingga menjadi salah satu faktor banyak petugas yang sakit atau meninggal dunia.

Saat ini, jumlah peserta pemilu 2024 berdasarkan Surat Keputusan KPU RI Nomor 518 tahun 2022 sebanyak 17 partai politik, lebih banyak ketimbang jumlah partai politik di pemilu 2019. Otomatis, beban kerja petugas pemilu akan bertambah dan lebih berat saat menjalankan proses pelaksanaan pemilu 2024.

Penelitian berjudul Analisis Beban Kerja Kelompok Penyelenggara Pemungutan Suara (KPPS) Menggunakan Metode FTE (*Full Time Equivalent*) pada Pemilu Serentak 2019 di Kabupaten Bangka Tengah, Ricky Febriansyah dan Ana Husnayanti (2019) menemukan bahwa beban kerja KPPS adalah termasuk dalam kategori bekerja dengan waktu yang berlebihan. Penelitian ini menggunakan metode FTE untuk menghitung beban kerja dengan cara membagi hasil kerja dengan waktu realnya.

Beban kerja adalah keadaan di mana seorang pekerja tidak dapat melakukan tugasnya. Sementara itu, sesuai Permendagri Nomor 12 Tahun 2008 tentang

Aturan Pemeriksaan Tanggung Jawab Dalam Dinas Usaha Dalam Negeri dan Negara Provinsi bahwa tanggung jawab adalah berapa banyak pekerjaan yang harus diselesaikan dan merupakan hasil dari volume pekerjaan dan standar waktu oleh suatu posisi atau unit kerja. Persepsi beban kerja positif dan negatif adalah kuncinya (Santi Hariati, 2020: 469).

Menurut Tarwaka (2011: 130), beban kerja dipengaruhi oleh dua faktor: (1) Faktor eksternal, khususnya beban kerja di luar tubuh pekerja, seperti: tugas, perintah kerja, dan lingkungan tempat kerja; (2) Faktor internal adalah reaksi terhadap beban kerja dari luar tubuh yang merupakan faktor dari dalam tubuh. Respons tubuh dapat disurvei baik secara adil maupun abstrak, yang disebut regangan. Faktor somatik (usia, jenis kelamin, ukuran tubuh, gizi, dan kondisi kesehatan) dan faktor psikologis (kepercayaan, keinginan, kepuasan, persepsi, dan motivasi) merupakan contoh faktor internal.

Kondisi disproporsionalitas petugas pemilu tersebut akan mempengaruhi kesehatan mental pribadinya dan meningkatkan peluang terjadinya *stress*. Ketika seseorang dihadapkan pada beban atau tugas yang terlalu berat untuk mereka tangani dan tubuh akan merespon dengan tidak mampu menyelesaikan tugas sehingga menimbulkan stres (Hidayat, 2011). Kesehatan mental seseorang adalah kemampuannya untuk menghindari keluhan dan gangguan mental seperti neurosis dan psikosis (adaptasi dengan lingkungan sosial). Kesehatan mental seseorang adalah kemampuan mereka untuk menghindari penyakit dan gangguan mental. Gangguan kesehatan mental terdiri dari beberapa jenis, di antaranya adalah gangguan kecemasan, stres, dan depresi. (Jalaludin, 2010)

Sejak awal abad ke-19, para ahli kedokteran menyadari adanya hubungan antara penyakit dengan kondisi psikis manusia. Manusia dapat terganggu kesehatan fisiknya diakibatkan dari gangguan mental (somapsikotis), dan sebaliknya manusia dapat terganggu kesehatan mentalnya karena adanya penyakit fisik (psikosomatik) (Abdul Hamid, 2017).

Maka, dari fenomena petugas pemilu yang rentan terganggu kesehatannya baik fisik maupun mentalnya, diperlukan sebuah keterampilan komunikasi interpersonal bagi dirinya sendiri untuk menjaga kesehatan mentalnya. Dalam dunia kesehatan sendiri, ada yang dinamakan dengan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik ini merupakan strategi komunikasi dalam kesehatan yang pada biasanya dilakukan oleh perawat kepada pasiennya. Berdasarkan penjabaran tentang bagian lembaga penyelenggara pemilu dan badan *ad hoc*, penulis mencoba menganalogikan lembaga penyelenggara pemilu sebagai pimpinan badan *ad hoc*/komunikator sedangkan badan *ad hoc* sebagai petugas pemilu/komunikasi.

Tujuan dari komunikasi terapeutik adalah untuk membantu pasien memahami penyakit yang mereka hadapi dan mengurangi beban pikiran dan perasaan mereka sehingga mereka dapat mengambil langkah-langkah untuk

memperbaiki keadaan mereka. Komunikasi terapeutik diharapkan dapat membantu mengatasi masalah pasien dalam hal ini para petugas pemilu.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam bagaimana komunikasi terapeutik dapat digunakan oleh pimpinan badan adhoc sebagai lembaga penyelenggara pemilu untuk menjaga kesehatan mental petugas pemilu (badan adhoc). Oleh karena itu, diharapkan tulisan ini dapat membantu para petugas pemilu dalam menjaga kesehatan mentalnya saat menyelenggarakan pemilu 2024 secara serentak melalui teknik komunikasi terapeutik. Sehingga, saat mental dalam dirinya sudah sehat, maka akan berpengaruh pada kondisi fisik yang kuat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi terapeutik merupakan sebuah disiplin ilmu komunikasi yang mempelajari tentang tindakan – tindakan keperawatan. Komunikasi terapeutik menurut Mukhrifah Damaiyanti (2010) adalah “komunikasi yang direncanakan dan dilakukan untuk membantu pasien sembuh”. Prosedur yang dilakukan dengan maksud membantu pasien dalam penyembuhan menjadi fokus utama komunikasi terapeutik ini. Oleh karena itu tujuan utama dari komunikasi terapeutik ini adalah untuk mengetahui bagaimana agar pasien dapat kembali normal dan sehat kembali.

Kemampuan atau keterampilan seorang perawat dalam menggunakan komunikasi terapeutik untuk membantu pasien dalam menghadapi ketegangan, mengatasi gangguan psikologis, dan mengembangkan keterampilan interpersonal. Sebagaimana dikemukakan Suryani (dalam Patricia, 2021) menjelaskan bahwa komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang dilakukan untuk tujuan terapeutik atau dirancang untuk digunakan dalam kapasitas tersebut.

Secara profesional, tindakan yang efektif memperkuat interaksi antara pasien dan perawat. Jenis komunikasi khusus yang dilakukan oleh penyedia layanan kesehatan—dalam hal ini perawat dan tenaga kesehatan lainnya—yang terencana dan berpusat pada kesembuhan pasien dikenal dengan komunikasi terapeutik. Komunikasi antara perawat dan pasien bersifat terapeutik karena bertujuan untuk meningkatkan emosi pasien. Dengan niat mempengaruhi perilaku pasien yang positif, perawat menjadikan diri mereka terapeutik dengan menggunakan berbagai strategi komunikasi secara maksimal (Sabari, 2020).

Merujuk pada beberapa pengertian dan tujuan komunikasi terapeutik, petugas pemilu yang rentan terganggu kesehatan mentalnya yang berefek pada kondisi fisiknya perlu mendapatkan sebuah terapi mengandung komunikasi terapeutik dari pimpinan lembaga penyelenggara pemilu yaitu Komisioner KPU dan Bawaslu agar cara pandang petugas pemilu lebih positif dan dapat membebaskan pikiran mereka. Sehingga dapat beradaptasi dengan masalah yang

dihadapinya dan menjaga kesehatan mereka.

Adapun teknik komunikasi terapeutik sendiri mempunyai empat teknik utama dalam rangka penyembuhan pasien yang dapat di terapkan dalam lembaga penyelenggara pemilu untuk menjaga kesehatan mental petugas pemilu saat menyelenggarakan pemilu serentak 2024. Di antaranya (Suryani, 2015: 87):

Teknik Mendengarkan

Dasar dari komunikasi terapeutik adalah teknik mendengarkan. Dalam hal ini, perawat harus menjadi pendengar yang aktif agar dapat menjadi reviewer dan menganalisa situasi pasien. Mendengarkan adalah proses aktif menerima informasi dan mempelajari tanggapan seseorang terhadap pesan. Perawat harus menindaklanjuti apa yang dikatakan pasien selama mendengarkan dengan memperhatikan dengan seksama apa yang dikatakan pasien, apakah itu tentang perasaannya, pikirannya, atau persepsi pasien sendiri. Untuk memberikan waktu kepada pasien untuk mendengarkan, perawat menanggapi dengan tepat dan tidak menyela pembicaraan.

Perawat dalam hal ini berfungsi sebagai seorang komunikator/pimpinan badan adhoc harus menjalin hubungan yang nyaman dengan petugas pemilu/pasien. Sedangkan Petugas pemilu dapat menceritakan perasaannya, pikirannya, persepinya bahkan masalah yang sedang dihadapi saat menjalankan tugas sebagai penyelenggara pemilu.

Petugas pemilu yang mempunyai gangguan dalam kesehatan mentalnya dapat memanfaatkan fase ini dengan sebaik – baiknya, sebab interaksi yang dibangun secara terbuka dan jujur antara komunikator dan komunikan, dapat menjadi acuan dalam melakukan observasi suatu masalah dari seorang komunikan/pasien.

Teknik Bertanya

Pasien dapat didorong dan diprovokasi untuk mengungkapkan emosinya dengan mengajukan pertanyaan. Tujuannya adalah untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan tepat mengenai komunikasi pasien. Saat mencari informasi yang belum didapatkan dari pasien, teknik keperawatan yang mendasar adalah bertanya.

Pimpinan badan adhoc dalam hal ini komisioner KPU/Bawaslu dapat mengobservasi lebih dalam masalah yang dihadapi pasien dalam hal ini petugas pemilu yang sedang mengalami gangguan kesehatan mental dengan mengajukan pertanyaan – pertanyaan mendalam seputar masalah yang dihadapinya. Sehingga dapat mendorong emosi dan perasaan pasien untuk lebih terbuka menyampaikan permasalahan yang dihadapinya. Hal ini akan lebih membantu dalam menyimpulkan hasil observasi.

Teknik menyimpulkan

Teknik selanjutnya dalam menyelesaikan permasalahan pasien, perawat mengumpulkan poin-poin utama atau kesimpulan yang menjadi acuan untuk menyelesaikan masalah pasien yang paling mendesak. Meninjau komunikasi pasien-perawat adalah hal terpenting yang harus dilakukan pada langkah terakhir. Perawat harus kembali dan mengulangi teknik sebelumnya hingga sampai pada masalah utama pasien sehingga ia dapat memasuki teknik selanjutnya dan merencanakan cara untuk menghadapinya dan solusi dalam menangani masalah pasien.

Pada fase ini, pimpinan badan adhoc/komunikator dapat mengumpulkan poin – poin utama seputar permasalahan yang dihadapi petugas pemilu/komunikator untuk masuk pada tahap menyimpulkan suatu permasalahan dari petugas pemilu. Komunikator pada fase ini harus cerdas dalam memahami proses komunikasi yang sedang berlangsung dengan komunikator. Memahami komunikasi manusia, menurut Porter dan Samovar (dalam Ade Masturi, 2018), mencakup pemahaman tentang apa yang terjadi selama komunikasi, mengapa itu terjadi, hasil dari apa yang terjadi, dan akhirnya apa yang dapat kita lakukan untuk mempengaruhi dan memaksimalkan hasil dari suatu peristiwa itu.

Sehingga, komunikator dalam hal ini pimpinan badan adhoc dapat merencanakan strategi/solusi dalam menangani masalah komunikasi (petugas pemilu).

Teknik Mengubah Cara Pandang

Inti dari semua teknik komunikasi terapeutik adalah teknik mengubah perspektif, yang merupakan teknik paling mutakhir dan penting dalam bidangnya. Dalam metode ini, perawat harus mampu mengubah cara pandang dan melatih pasien untuk keluar dari masalah yang dialaminya. Ini akan mencegah pasien melihat masalah dari perspektif negatif. Perawat menggunakan metode ini untuk menyusun rencana untuk mengatasi masalah yang dialami pasien. Setelah itu diajarkan cara melatih pasien secara terus menerus, seperti dengan menegur atau mengarahkan pikiran dan perasaan pasien ke arah yang lebih positif. Karena itu, butuh waktu lama bagi perawat untuk memproses metode ini. sehingga pasien memahami masalah yang mereka hadapi dan tahu bagaimana menyelesaikannya.

Pimpinan badan adhoc dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi petugas pemilu dapat dilakukan dengan teknik mengubah cara pandang yang lebih positif atau mencari resiko terkecil yang akan dihadapi oleh komunikator. Tahap terakhir dalam menjaga kesehatan mental petugas pemilu ini memang tidak mudah perlu kecerdasan dalam komunikasi.

Menurut Rotondo (dalam Fransisca, 2010: 142), *Emotional Focused Coping Strategy* (Strategi yang berfokus pada emosi) dapat digunakan oleh mereka yang mencoba mengatur emosinya ketika dalam situasi penuh tekanan. Terdapat dua

kategori dalam strategi ini, yaitu:

Cognitive Reappraisal; merujuk kepada upaya untuk mengurangi perasaan stres dengan mengubah cara pandang situasi atau menurunkan sebuah ekspektasi. Dengan memahami bahwa setiap tekanan yang mereka hadapi adalah kuasa Tuhannya, mereka yang mampu meningkatkan religiusitasnya akan mampu mengubah cara pandangnya terhadap suatu situasi. Untuk menghindari stres, karena itu ia akan menanggung situasi stres dengan kesabaran dan kepasrahan.

Positive Thinking; merupakan gambaran tentang deskripsi upaya kognitif untuk menemukan hal positif dalam situasi negatif atau harapan akan hasil yang positif. Mereka yang mampu meningkatkan level religiusitasnya akan memiliki peluang yang lebih baik untuk dapat menemukan hal positif dalam keadaan sulit. Misalnya, mereka akan lebih percaya bahwa kesulitan mereka adalah cara Tuhan untuk melatih mereka menjadi lebih tangguh. Dia akan melakukan tugas-tugas penuh tekanan tanpa merasa stres karena persepsi ini.

PENUTUP

Kesehatan mental bagi petugas pemilu dapat diartikan terwujudnya keharmonisan yang sungguh – sungguh antara fungsi – fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem – problem yang terjadi saat menjalankan tugas kepemiluan dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya sebagai petugas pemilu. Saat kesehatan mental ini terganggu, maka akan berefek pada kondisi fisik yang tidak sehat dan berkibat kepada stabilitas tugasnya. Peran pimpinan petugas pemilu dalam hal ini Komisioner KPU dan Bawaslu perlu menerapkan tahapan teknik komunikasi terapeutik agar dapat memecahkan permasalahan yang terjadi. Sehingga, menjadi solusi yang efektif dalam menjaga kesehatan mental petugas pemilu 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Hamid. (2017). *Agama dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama*. Jurnal Kesehatan Tadulako, Vol. 3 No.1: 1–14
- Damaiyanti, Mukhrifah. 2010. *Komunikasi dalam Terapeutik dalam PraktekKeperawatan*.Bandung : PT. Refika Aditama.
- Fransisca Mulyono. (2010). *Penanganan Stres Terkait Pekerjaan*. Jurnal Administrasi Bisnis, Vol. 6 No. 2: 132-145.
- Hidayat, Dede Rahmat. 2011. *Psikologi Kepribadian Dalam Konseling*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Jalaludin. 2010. *Psikologi Agama*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Pratama, Bayu.(2019). *Total 554 Orang KPPS Panwas Dan Polisi Tewas Di Pemilu 2019*, diakses 23 Juni 2023, dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20190507084423-32->

- 392531/total-554-orang-kpps-panwas-dan-polisi-tewas-di-pemilu-2019.
- Purnomo, Kristianto (2020). *Refleksi Pemilu-2019 Sebanyak 894 Petugas KPPS Meninggal Dunia*, diakses 23 Juni 2023, dari <https://nasional.kompas.com/read/2020/01/22/15460191/refleksi-pemilu-2019-sebanyak-894-petugas-kpps-meninggal-dunia#>
- Ricky Febriansyah Cecep & Ana Husnayanti. (2019). *Analisis Beban Kerja Kelompok Penyelenggara Pemungutan Suara (KPPS) Menggunakan Metode FTE (Full Time Equivalent) Pada Pemilihan Umum Serentak Tahun 2019 Di Kabupaten Bangka Tengah*. Jurnal Tata Kelola Pemilu Indonesia: Vol. 1 No. 1.
- Sabari. (2020). *Implementasi Komunikasi Terapeutik Dalam Kegiatan Khitabah*. Syi'ar : Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan Dan Bimbingan Masyarakat Islam, Vol. 3. No.2: 93-103.
- Santi Hariati. (2020). *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja Kelompok Penyelenggara Pemungutan Suara pada Pemilihan Umum 2019*. Jurnal Perspektif, Vol. 10 No.2: 467- 474.
- Sukmadinata. 2010. *Metode penelitan pendidikan*. Bandung: PT Remaja. Rosdakarya
- Suryani. 2015. *Komunikasi Terapeutik: Teori dan Praktik*. Cetakan II. Jakarta : Penerbit EGC.
- Tarwaka. 2011. *Ergonomi Industri, Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi Di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- UU No. 15 Tahun 2011 tentang Penyelenggara Pemilihan Umum.