



▶ DAMPAK PEMILU

Semua Puskesmas Siap Layani Caleg Stres

JOGJA—Dinas Kesehatan Kota Jogja telah menyiapkan layanan konsultasi psikologi di semua Puskesmas di Kota Jogja bagi calon legislatif yang terguncang jiwanya akibat kalah dalam Pemilu 2019.

Lupas Subarkah
lupas@harianjogja.com

Kepala Bidang Layanan Kesehatan Dinas Kesehatan (Dinkes) Jogja, Lana Unwanah, mengaku telah mengantisipasi adanya kemungkinan peserta pemilu, terutama caleg yang tak lolos, mengalami stress dan gangguan jiwa. Menurutnya, ini hal wajar, karena pasti banyak caleg tidak lolos dan tidak semua bisa menanggung konsekuensinya.

Menurut dia, fenomena itu tidak hanya terjadi di Indonesia, namun di sejumlah negara maju pun terjadi. Gejala ini, kata Lana, disebut dengan *post election stress disorder*.

Gejala ini menimpa peserta pemilu yang telah menempuh segala cara untuk mendulang suara maksimum, namun ternyata hasil yang ia dapati tak sesuai ekspektasi. "Sehingga ini bisa menguncang kondisi mentalnya," kata Lana, Kamis (25/4).

Dinkes Jogja, kata dia, telah menyiapkan layanan konsultasi psikologi di semua Puskesmas. Layanan psikolog di setiap Puskesmas, kata dia, sebenarnya sudah ada setiap saat, tidak hanya pada masa pemilu. "Jadi kami sudah siap kalau ada caleg yang butuh penanganan psikologis," ucap dia.

Meski begitu, dia tetap menyarankan kepada para caleg yang depresi menangani diri secara mandiri. Misalnya bisa dilakukan dengan menjalani kegiatan-kegiatan yang menyenangkan, seperti jalan-jalan, bersepeda, dan lainnya. "Terapi itu jelas lebih murah dan mudah," kata Lana.

Sementara disinggung soal kesiapan Puskesmas dalam mengantisipasi banyaknya petugas penyelenggara pemilu yang sakit akibat kelelahan selama bertugas, dia mengaku belum menerima laporan lonjakan pasien di hari-hari pencoblosan dan penghitungan suara.

Meski begitu, dia mengaku telah menginstruksikan 18 Puskesmas di Kota Jogja untuk siaga selama masa pemilu. Saat hari pencoblosan, Puskesmas tidak libur, tapi siaga di tempat dengan petugas formasi lengkap.

"Ada yang sakit, tapi cuma batuk dan sakit ringan lainnya, jumlahnya masih wajar sejauh ini," katanya.

Kepala Puskesmas Umbulharjo 2, Jogja, Sri Kussutiastuti, mengaku Puskesmasnya telah siap jika memang ada caleg yang butuh penanganan psikologis. Dia mengklaim di Puskesmasnya sudah ada psikolog yang siap memberi *treatment* psikologis tertentu sesuai kebutuhan pasien.

Jika memang kondisinya cukup parah, kata dia, Puskesmas bisa merujuk pasien tersebut ke rumah sakit. Meski demikian, sejauh ini ia belum menemui pasien caleg yang gagal lolos.

Dari pemilu sebelumnya juga tidak ia temukan caleg datang ke Puskesmasnya untuk berobat. "Kalau caleg dari sini [sekitar Puskesmas Umbulharjo 2] sudah banyak yang legawa," ujar dia.

PEMILIHAN UMUM 2019

FAKTA TENTANG POST ELECTION DISORDER

1. Tekanan yang dipengaruhi setelah pemilihan umum. Kekecewaan akibat gagal terpilih, apalagi jika sebelumnya telah mengeluarkan modal, waktu dan tenaga yang besar. Belum lagi jika dia menginvestasikan seluruh harta bendanya sebagai modal untuk maju, maka tekanan yang ia rasakan semakin besar.
2. Paparan berita di media massa. Gelontoran berita di media massa yang terus menerus soal pemilihan umum dan politik bisa bikin otak orang-orang yang terlibat di dalamnya menjadi lelah. Apalagi jika berita-berita di media massa tersebut tak sesuai dengan ekspektasi dan membuat seseorang merasa kecewa maupun cemas.
3. Gejala kesehatan berikutnya turut mengintai. *Post election stress disorder* mengakibatkan gangguan konsentrasi, masalah tidur hingga berdampak pada kondisi emosional yang membuat seseorang mudah marah (*short tempered*).
4. Merasa waswas akan masa depan dan kebijakan negara. Biasanya, pengidap *post election stress disorder* menganggap bahwa tokoh politik yang terpilih bisa membuat kebijakan yang kurang baik atau cenderung membahayakan bagi negara.
5. Menyebabkan kontrol amarah jadi rendah. Hal ini bisa mengarah kepada kekerasan dan tindakan yang impulsif.

Disalin dari berbagai sumber

Sekretariat

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Kesehatan	Netral	Biasa	Untuk Diketahui
2. Sekretariat Komisi Pemilihan U			

Yogyakarta, 22 Juni 2026
Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
NIP. 19690723 199603 1 005