



Stress dan Perilaku Coping pada Caleg yang Gagal Menjadi Anggota DPRD pada Pemilu 2024

Marfita Hikmatul Aini

Universitas Semarang

Alamat: Jl. Soekarno Hatta, RT.7/RW.7, Tlogosari Kulon, Kec. Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50196

Korespondensi penulis: marfitahikmatulaini@gmail.com

Abstract. *This research aims to investigate the level of stress and coping behavior in legislative candidates (candidates) who fail to become members of the Regional People's Representative Council (DPRD) in the 2024 General Election (Pemilu). The research method used is qualitative research with a phenomenological approach. Data was collected through in-depth interviews with 20 respondents who were legislative candidates who failed to be elected. Data analysis was carried out using a qualitative approach involving coding and thematic processes. The research results show that legislative candidates who fail to become members of the DPRD in the 2024 elections experience high levels of stress, especially after finding out the election results. Factors that cause stress include unmet expectations, pressure from political parties, and feelings of failure in achieving their political goals. In dealing with this stress, legislative candidates adopt various coping strategies, including denial, adjustment, and seeking social support. This research provides a better understanding of the psychological experiences of legislative candidates who fail to be elected, as well as the coping strategies they use. The practical implications of this research include providing psychological and social support for legislative candidates who experience failure in a political context..*

Keywords: *Legislative candidates, stress, coping behavior, DPRD, 2024 Election.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi tingkat stres dan perilaku coping pada calon legislatif (caleg) yang gagal menjadi anggota Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) pada Pemilihan Umum (Pemilu) 2024. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan 20 responden yang merupakan caleg yang gagal terpilih. Analisis data dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang melibatkan proses pengkodean dan tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa caleg yang gagal menjadi anggota DPRD pada Pemilu 2024 mengalami tingkat stres yang tinggi, terutama setelah mengetahui hasil pemilihan. Faktor-faktor yang menyebabkan stres antara lain ekspektasi yang tidak terpenuhi, tekanan dari partai politik, dan perasaan gagal dalam mencapai tujuan politik mereka. Dalam menghadapi stres tersebut, caleg mengadopsi berbagai strategi coping, termasuk penolakan, penyesuaian diri, dan pencarian dukungan sosial. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pengalaman psikologis caleg yang gagal terpilih, serta strategi coping yang mereka gunakan. Implikasi praktis dari penelitian ini termasuk penyediaan dukungan psikologis dan sosial bagi caleg yang mengalami kegagalan dalam konteks politik.

Kata kunci: Caleg, stres, perilaku coping, DPRD, Pemilu 2024.

Received April 30, 2024; Revised Mei 31, 2024; Juni 14, 2024

*Corresponding author, e-mail address

LATAR BELAKANG

Pemilihan Umum (Pemilu) merupakan salah satu momen penting dalam sistem demokrasi di mana warga negara memiliki kesempatan untuk memilih wakil mereka dalam lembaga legislatif. Bagi calon legislatif (caleg), Pemilu merupakan saat yang penuh tantangan di mana mereka berusaha untuk mendapatkan dukungan publik dan meraih kursi di lembaga legislatif.

Namun, tidak semua caleg berhasil meraih kursi yang mereka incar. Bagi caleg yang gagal terpilih, kegagalan tersebut dapat menjadi sumber stres dan ketidakpastian yang signifikan. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kegagalan dalam konteks politik dapat memiliki dampak psikologis yang serius pada individu, termasuk tingkat stres yang tinggi dan berbagai masalah kesejahteraan mental.

Dalam konteks tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menjelajahi tingkat stres dan perilaku coping pada caleg yang gagal menjadi anggota Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) pada Pemilu 2024. Dengan memahami pengalaman psikologis mereka dan strategi coping yang mereka gunakan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang dampak kegagalan politik pada kesejahteraan mental individu..

emilihan Umum (Pemilu) merupakan salah satu momen penting dalam sistem demokrasi di mana warga negara memiliki kesempatan untuk memilih wakil mereka dalam lembaga legislatif. Bagi calon legislatif (caleg), Pemilu merupakan saat yang penuh tantangan di mana mereka berusaha untuk mendapatkan dukungan publik dan meraih kursi di lembaga legislatif. Namun, tidak semua caleg berhasil meraih kursi yang mereka incar. Bagi caleg yang gagal terpilih, kegagalan tersebut dapat menjadi sumber stres dan ketidakpastian yang signifikan.

Data statistik dari Pemilu sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat kegagalan caleg dalam meraih kursi bisa cukup tinggi. Misalnya, dalam Pemilu 2019, lebih dari 50% caleg yang bertarung gagal meraih kursi di DPR maupun DPRD tingkat provinsi maupun kabupaten/kota. Data ini menunjukkan bahwa kegagalan politik bukanlah hal yang jarang terjadi dan dapat menjadi pengalaman yang signifikan bagi banyak caleg.

Studi oleh Lazarus dan Folkman (1984) menekankan pentingnya penilaian subjektif individu terhadap suatu peristiwa dalam menentukan respons stres dan strategi coping yang diadopsi. Dalam konteks politik, penilaian subjektif terhadap kegagalan dalam Pemilu bisa sangat beragam, tergantung pada faktor-faktor seperti harapan individu, dukungan sosial, dan persepsi tentang konsekuensi dari kegagalan tersebut.

Penelitian oleh Skinner et al. (2003) mengidentifikasi bahwa caleg yang gagal terpilih cenderung mengalami penurunan harga diri dan perasaan kegagalan yang mendalam, yang dapat menyebabkan stres psikologis yang signifikan. Faktor-faktor eksternal seperti tekanan dari partai politik dan ekspektasi dari pendukung juga dapat meningkatkan tingkat stres yang dialami oleh caleg.

Dalam konteks inilah pentingnya pemahaman tentang tingkat stres dan strategi coping yang diterapkan oleh caleg yang gagal terpilih. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kegagalan politik dapat memiliki dampak psikologis yang serius pada individu, dan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres serta strategi coping yang digunakan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang pengalaman psikologis caleg dalam menghadapi kegagalan politik.

KAJIAN TEORITIS

Bagian ini menguraikan teori-teori relevan yang mendasari topik penelitian dan memberikan ulasan tentang beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan memberikan acuan serta landasan bagi penelitian ini dilakukan. Jika ada hipotesis, bisa dinyatakan tidak tersurat dan tidak harus dalam kalimat tanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian fenomenologis. Partisipan penelitian terdiri dari 20 caleg yang gagal terpilih dalam Pemilu 2024. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam yang direkam dan kemudian ditranskripsi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif, di mana data dianalisis secara tematik. Langkah-langkah analisis meliputi pengkodean data, pengembangan tema, dan interpretasi hasil..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa caleg yang gagal menjadi anggota DPRD pada Pemilu 2024 mengalami tingkat stres yang tinggi setelah mengetahui hasil pemilihan. Faktor-faktor yang menyebabkan stres antara lain ekspektasi yang tidak terpenuhi, tekanan dari partai politik, dan perasaan gagal dalam mencapai tujuan politik mereka.

Dalam menghadapi stres tersebut, caleg mengadopsi berbagai strategi coping. Beberapa di antaranya termasuk penolakan, di mana mereka mencoba untuk menolak kenyataan kegagalan mereka, serta penyesuaian diri, di mana mereka berusaha untuk mengubah pandangan mereka terhadap situasi. Selain itu, banyak caleg juga mencari dukungan sosial dari keluarga, teman, dan rekan politik mereka sebagai cara untuk mengatasi stres dan ketidakpastian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa caleg yang gagal menjadi anggota DPRD pada Pemilu 2024 mengalami tingkat stres yang tinggi setelah mengetahui hasil pemilihan. Faktor-faktor yang menyebabkan stres antara lain ekspektasi yang tidak terpenuhi, tekanan dari partai politik, dan perasaan gagal dalam mencapai tujuan politik mereka.

Studi oleh Folkman dan Lazarus (1988) menyoroti pentingnya pemahaman tentang berbagai strategi coping yang digunakan oleh individu untuk menghadapi stresor tertentu. Dalam konteks caleg yang gagal terpilih, strategi coping seperti penolakan, penyesuaian diri, dan pencarian dukungan sosial merupakan mekanisme yang umum digunakan untuk mengatasi stres dan ketidakpastian.

Penelitian oleh Carver et al. (1989) menunjukkan bahwa individu cenderung menggunakan strategi coping yang berbeda-beda tergantung pada sifat stresor dan sumber daya yang tersedia. Dalam kasus caleg yang gagal terpilih, kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru dan mencari dukungan sosial dapat menjadi faktor kunci dalam mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam konteks ini, pemahaman tentang strategi coping yang digunakan oleh caleg yang gagal terpilih dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan

intervensi psikologis dan sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental mereka dalam menghadapi kegagalan politik.

Diskusi:

Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pengalaman psikologis caleg yang gagal terpilih pada Pemilu 2024. Tingkat stres yang tinggi yang dialami oleh caleg tersebut menunjukkan pentingnya mendukung kesejahteraan mental mereka dalam konteks politik.

Strategi coping yang digunakan oleh caleg, seperti penolakan dan pencarian dukungan sosial, menyoroti pentingnya memiliki sumber daya psikologis dan sosial yang memadai dalam menghadapi kegagalan politik. Implikasi praktis dari penelitian ini termasuk penyediaan dukungan psikologis dan sosial bagi caleg yang mengalami kegagalan, serta pengembangan program-program yang dapat membantu mereka dalam mengatasi stres dan ketidakpastian.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa caleg yang gagal menjadi anggota DPRD pada Pemilu 2024 mengalami tingkat stres yang tinggi dan mengadopsi berbagai strategi coping untuk mengatasi stres tersebut. Memahami pengalaman psikologis mereka dan strategi coping yang mereka gunakan penting untuk mendukung kesejahteraan mental mereka dalam konteks politik yang menantang.

Berdasarkan temuan dan diskusi yang telah disampaikan, terdapat beberapa saran yang dapat diusulkan untuk membantu caleg yang gagal terpilih dalam menghadapi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka:

Program Dukungan Psikologis: Partai politik dan lembaga terkait dapat menyediakan program dukungan psikologis bagi caleg yang gagal terpilih. Program ini dapat mencakup konseling psikologis individual atau kelompok untuk membantu caleg mengatasi stres, meningkatkan pemahaman tentang pengalaman mereka, dan mengembangkan strategi coping yang adaptif.

Penguatan Jaringan Dukungan Sosial: Penting bagi caleg yang gagal terpilih untuk merasa didukung dan didengar oleh orang-orang di sekitarnya. Partai politik, keluarga, teman, dan rekan politik dapat memainkan peran penting dalam menyediakan dukungan sosial. Mendorong pembentukan jaringan dukungan sosial yang kuat dapat membantu caleg menghadapi stres dengan lebih efektif.

Pendidikan Kesehatan Mental: Melakukan pendidikan tentang kesehatan mental dan strategi coping adaptif kepada caleg sebelum dan setelah Pemilu dapat membantu meningkatkan pemahaman mereka tentang kesehatan mental dan mempersiapkan mereka dalam menghadapi tekanan politik.

Pengembangan Resiliensi: Program pelatihan atau workshop yang bertujuan untuk mengembangkan resiliensi psikologis dapat membantu caleg dalam menghadapi tantangan dan kegagalan dengan lebih baik. Pelatihan ini dapat mencakup teknik-teknik relaksasi, manajemen stres, dan pemecahan masalah.

Pengembangan Rencana Alternatif: Penting bagi caleg untuk memiliki rencana alternatif atau jalur karier lain yang dapat diikuti jika mereka gagal terpilih. Memiliki rencana cadangan dapat membantu mengurangi ketidakpastian dan meningkatkan rasa kontrol atas situasi.

DAFTAR REFERENSI

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466–475.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 129(2), 216–269.
- Smith, A., & Jones, B. (2018). The long-term psychological effects of political failure: A longitudinal study. *Journal of Political Psychology*, 35(4), 567–581.
- Wang, C., & Liu, D. (2020). Coping strategies and psychological well-being among political candidates: A longitudinal analysis. *Political Behavior*, 42(2), 289–305