

KERJA KERAS MENUKAR WARAS

**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

**Masalah Kesehatan Jiwa sebagai Bagian
Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3)**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

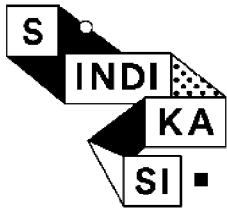
KERTAS POSISI

f /FPSindikasi
t @SINDIKASI_
g @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

disusun oleh

Divisi Riset dan Edukasi
Serikat Pekerja dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi (SINDIKASI)

2018



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

📍 /FPSindikasi
📧 @SINDIKASI_
📞 @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

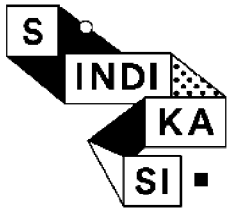
I. PENDAHULUAN

Selama kurang dari setahun SINDIKASI berjalan sebagai serikat pekerja, SINDIKASI terus menerus mendengar cerita yang sama dari para pekerja media dan industri kreatif mengenai keresahan utama dalam kultur kerja mereka: *overwork*. Karenanya tidak mengejutkan ketika Badan Ekonomi Kreatif RI (BEKRAF) mengeluarkan hasil risetnya bersama Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa lebih dari sepertiga (31,98 persen) pekerja industri kreatif Indonesia *overwork* dengan bekerja lebih dari 48 jam setiap minggunya. Kelebihan jam dan beban kerja ini bukan bebas dari konsekuensi. Belum ditambah dengan kultur sejumlah pekerjaan yang memiliki tekanan-tekanan khususnya tersendiri, kelebihan jam dan beban kerja menjadi ancaman laten bagi para pekerja.

Konsekuensinya yang terdekat harus ditanggung oleh kesehatan pekerja. Bukan hanya kesehatan fisik, namun juga pada kesehatan jiwa para pekerja. Ketika masalah kesehatan fisik telah dapat dengan mudah diperbincangkan di antara para pekerja, kesehatan mental masih memiliki stigmanya tersendiri. Jangankan untuk dirumuskan penanganan dan jaminannya; membicarakannya pun menjadi suatu ketabuan tersendiri. Padahal, kondisi kesehatan jiwa yang optimal juga sama krusialnya dengan kondisi kesehatan fisik bagi para pekerja. Oleh karena itulah, SINDIKASI mencoba untuk menelusuri kaitan antara kesehatan jiwa dengan kondisi kerja yang harus dihadapi.

Untuk melakukan pemetaan awal atas kondisi ini secara garis besar, SINDIKASI melakukan Focus Group Discussion yang diikuti oleh dokter spesialis kejiwaan, lembaga pendamping psikologis, serta para pekerja media dan industri kreatif yang memiliki pengalamannya masing-masing dalam menghadapi permasalahan kesehatan jiwa. FGD bukan hanya memberikan gambaran mengenai keterkaitan antara kesehatan mental dan kultur kerja, serta kaitannya terhadap hambatan yang harus dihadapi dalam menangani kondisi isu-isu kesehatan jiwa. Hasil diskusi terfokus ini dalam dibaca di Bab II: Zona Merah Para Pekerja.

Selain dengan FGD, pemetaan juga kami lakukan dengan melakukan kajian terhadap sejumlah aturan terkait kesehatan jiwa serta kesehatan dan keselamatan kerja (K3), seperti: Undang-undang No 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja dan peraturannya; Undang-undang No 18 Tahun 2015 tentang Kesehatan Jiwa; Konvensi ILO 187 tentang



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
t @SINDIKASI_
g+ @serikatsindikasi

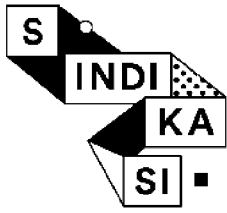
SINDIKASI.ORG

Keselamatan dan Kesehatan Kerja serta peraturan teknis lainnya.
Kajian ini dapat di Bab III: Menu Sehat untuk Negara.

Pembacaan dan pemetaan kami mengenai kondisi kesehatan jiwa dan kaitannya dengan kondisi ketenagakerjaan melahirkan sejumlah rekomendasi bagi para pihak terkait, yang harapannya dalam diwujudkan bersama demi kondisi jiwa pekerja yang sehat, demi kerja yang layak.

Jakarta, 27 Januari 2018

**Ellena Ekarahendy
Ketua SINDIKASI**



II. ZONA MERAH PARA PEKERJA

Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

[f /FPSindikasi](#)
[@SINDIKASI_](#)
[@serikatsindikasi](#)
SINDIKASI.ORG

1. Resiko Tak Tertangani

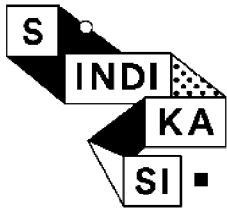
Jurnalis, *freelancer*, desainer grafis, dan siapapun yang bekerja di luar pabrik dengan jam kerja yang fleksibel bisa jadi impian banyak orang. Ada ilusi independensi dan kebebasan di sana. Namun di luar penampakan empiris tersebut, faktanya pekerja di sektor non-manufaktur seperti ini menghadapi persoalan serius soal kesehatan. Dan ini telah terkonfirmasi lewat kasus yang akhirnya terekspos ke publik lewat media massa (dan, sayangnya, lebih banyak lagi yang tidak).

Zaky Yamani, mantan wartawan harian Pikiran Rakyat, salah satu di antaranya. Pada 2016, hasil konseling di Biro Pelayanan dan Inovasi Psikologi (BPIP) Universitas Padjadjaran menyimpulkan gangguan psikologis yang dialami Zaky terkait dengan pekerjaannya. Profesi dia sebagai wartawan mengharuskannya meliput peristiwa-peristiwa traumatis seperti bencana alam, pembunuhan, dan bahkan dia pernah mengalami ancaman pembunuhan terkait karya jurnalistik yang dihasilkannya. Akumulasi peristiwa tersebut, menurut Zaky, yang membuat kondisi kejiwaannya terganggu.

Depresi jelas bukan penyakit ringan. Ia bahkan jadi salah satu faktor utama seseorang memutuskan untuk melakukan bunuh diri. Hasil pemeriksaan psikiater lanjutan bahkan menyimpulkan penyakit yang dialami Zaky tidak dapat diketahui masa penyembuhannya.

Pekerjaan sebagai jurnalis, di luar penampakan luarnya yang serba mentereng dan keren, menyimpan resiko. Seorang jurnalis bisa bekerja lebih dari 12 jam per hari termasuk ketika dia memantau isu dan perkembangan peristiwa. Maka sesungguhnya ia sedang bekerja sejak bangun tidur hingga hendak tidur lagi. Seluruh tenaga dan pikirannya tercurah demi mengabdikan pada klik (media daring) dan jumlah oplah (media cetak) yang untuk keuntungan para pemilik media.

Siaran pers Tim Advokasi Jurnalis (TAJI) menyebut bahwa permohonan pensiun dini Zaky setelah divonis depresi ditolak perusahaan. Meski mengakui fakta bahwa Zaky sakit berkepanjangan, namun manajemen Pikiran Rakyat meminta Zaky kembali bekerja. Zaky



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
@SINDIKASI_
@serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

yang tidak mampu bekerja kemudian justru diberikan surat peringatan atas tuduhan mangkir dan menolak perintah atasan. Akhirnya Zaky malah di-PHK.

Jelas ada yang salah dari perspektif perusahaan media dalam melihat masalah yang dialami para pekerjanya dan bagaimana cara mereka mengelola sumber daya yang dimiliki. Dan ini tidak bisa tidak harus segera diantisipasi dengan adanya regulasi dan pengawasan yang lebih komprehensif dari pemerintah.

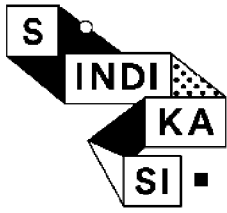
2. *Overwork, overwork, dan overwork*

MA, seorang pekerja di perusahaan periklanan, menilai kondisi yang dialami jurnalis seperti Zaky juga dirasakan pekerja di sektor lain. "Saya gemetar kalau ingat masalah yang menimpa dulu," katanya membuka cerita dalam *focus group discussion* yang dilakukan SINDIKASI beberapa waktu yang lalu.

Sebagai pekerja di perusahaan periklanan, MA mesti siap siaga bekerja 24 jam nonstop. Dia kerap ditelepon atasan pukul 2 dan 4 dini hari untuk memintanya bekerja merevisi sebuah iklan digital. Dia juga beberapa kali berutang sana-sini untuk bertahan hidup karena upah yang minim dan kerap cair telat, diancam penangguhan upah hingga diperkarakan ke pengadilan karena mengajukan pengunduran diri--tentu dengan alasan bahwa MA tidak tahan dengan budaya gila kerja perusahaan.

"Untuk datang ke kantor saja mirip dengan mendatangi medan perang," kata MA. Kepercayaan dirinya turun drastis. Relasinya dengan rekan sejawat, apalagi atasan, tidak pernah sehat dan setara.

Ada banyak faktor yang membuat perusahaan agensi memperlakukan pekerjanya seperti itu. Menurut Mega, faktor utamanya adalah bahwa perusahaan periklanan takut kehilangan klien besar. Kompetisi industri periklanan juga berpengaruh terhadap beban kerja di perusahaan periklanan. Dalam kondisi ini, yang terjadi kemudian adalah perang harga. Siapa perusahaan periklanan yang bisa menawarkan harga lebih rendah, dia yang akan dapat proyek. Pada akhirnya yang paling dirugikan dari budaya dan sistem yang demikian adalah kelompok yang berada dalam hirarki paling bawah: para pekerja.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

📍 /FPSindikasi
📧 @SINDIKASI_
📞 @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

3. Mencari Jalan Keluar

Segudang masalah yang dialami pekerja-pekerja membuat mereka beralih ke hal-hal yang sifatnya negatif. GP, seorang pekerja media yang mengidap gangguan bipolar, mengaku biasa mengonsumsi narkoba atau antidepresan sebagai pelampiasan dari kondisi kesehatan jiwanya.

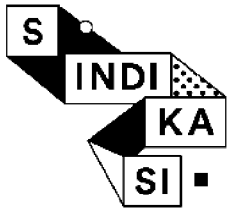
Kerja sebagai *freelance*, menurutnya, membuat seseorang perlu memaksa otaknya terus berpikir. Oleh karenanya pengalihan yang paling singkat adalah mengonsumsi obat. "Tekanan pekerjaan itu sangat besar, apalagi kalau klien bawel," kata GP.

Dia menyimpulkan beban kerja jadi salah satu kunci untuk membebaskan seseorang dari penyakit-penyakit mental. Sepanjang itu tidak ada, maka hantu-hantu depresi dan penyakit mental akan terus menggelayangi para pekerja ini.

Perlu perubahan mendasar agar tidak ada lagi yang bernasib seperti Zaky, Mega, dan Gery. Manajemen kerja harus bisa lebih baik dan berpihak pada para pekerja itu sendiri. Rekrutmen non diskriminatif, memperjelas dan teguh pada kewajiban dan hak kerja, relasi kerja, dan patuh pada standar operasional kerja adalah sekian jawaban yang harusnya mulai dijajaki oleh pemerintah.

Dan mereka punya banyak referensi soal ini. Pengadilan Tokyo, pada Oktober tahun lalu misalnya, menghukum Dentsu, perusahaan periklanan dan *public relation*, untuk membayar 500 ribu yen karena seorang pekerjanya bunuh diri pada 2015. Matsuri Takahashi diketahui memutuskan untuk mengakhiri hidupnya karena beban kerja berlebih di perusahaan tersebut.

Tentu pemerintah harus bisa setegas ini, dan di hulu membuat kebijakan yang mampu membuat kejadian serupa bisa diantisipasi. Demi kondisi kerja yang lebih baik, dan demi kesejahteraan para pekerja.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
@ SINDIKASI_
@ serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

III. MENU SEHAT UNTUK NEGARA

1. Perkuat Peran Pekerja dalam Sistem K3

Beberapa permasalahan kesehatan jiwa yang dialami para pekerja seperti telah dibahas dalam bab awal sebetulnya masuk dalam ranah Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) seperti yang tertuang dalam Undang-undang Keselamatan Kerja No 1 Tahun 1970.

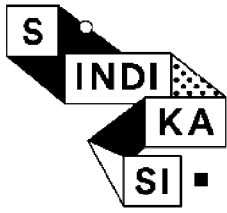
Aturan ini belakangan mendapat desakan untuk segera direvisi terutama setelah terjadinya peristiwa kecelakaan kerja pabrik kembang api PT Panca Buana Cahaya Sukses di Kosambi, Tangerang, yang menewaskan 48 pekerja dan melukai 45 pekerja lainnya pada 26 Oktober 2017 lalu. DPR dan serikat pekerja pun mendesak untuk segera merevisi UU Keselamatan Kerja terutama terkait ringannya sanksi.

Revisi UU Keselamatan Kerja semakin relevan apalagi pemerintah telah meratifikasi Konvensi ILO 187 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja lewat Peraturan Presiden Nomor 34 Tahun 2014, yang salah satu poinnya adalah secara berkala meninjau kembali Sistem Nasional Keselamatan dan Kesehatan Kerja dengan turut melibatkan serikat pekerja. Konvensi itu juga mengamanatkan negara agar mengedepankan budaya mencegah lebih baik daripada mengobati dalam konteks K3.

SINDIKASI memandang UU Keselamatan Kerja dan aturan turunannya memang perlu segera diubah karena beberapa hal yang mendasar. Selain memerlukan sistem K3 yang komprehensif, kita juga butuh undang-undang yang dapat menyesuaikan perkembangan industri hari ini seperti munculnya industri kreatif, media, dan berbasis ekonomi digital.

Dalam pandangan SINDIKASI, UU Keselamatan Kerja terlampau menitikberatkan aspek kecelakaan kerja padahal kesehatan kerja juga merupakan unsur yang sama pentingnya dalam K3. Hal ini pula yang membuat persepsi umum mengenai K3 terbatas pada kecelakaan kerja saja. Pada akhirnya K3 hanya akan menjadi perhatian luas saat terjadi kecelakaan kerja.

Selain itu, pekerja dan serikat pekerja tidak memiliki peran strategis di undang-undang ini dalam sistem K3 di tempat kerja. Dalam Pasal 12,



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

📍 /FPSindikasi
📧 @SINDIKASI_
📞 @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

pekerja hanya berhak “meminta” pengusaha untuk melengkapi syarat K3 dan “menyatakan keberatan” jika alat perlindungan diri dianggap meragukan. Hal ini berarti peran pekerja dan serikat pekerja sangat minim dalam keseluruhan sistem K3. Bisa jadi minimnya peran pekerja dan serikat pekerja selama 38 tahun umur UU Keselamatan Kerja yang membuat kasus-kasus K3 masih tetap tinggi.

Peran pekerja dan serikat pekerja harus diperkuat dalam revisi UU Keselamatan Kerja terutama karena pemerintah kerap menggunakan alasan “minimnya tenaga pengawasan” pada kasus kecelakaan kerja seperti dalam kasus ledakan pabrik kembang api PT Panca Buana Cahaya Sukses. Dinas Tenaga Kerja Banten mengakui hanya memiliki 71 tenaga pengawas yang bertanggungjawab memantau 14.327 perusahaan. Kondisi ini dialami oleh hampir semua Dinas Tenaga Kerja dan juga Kementerian Tenaga Kerja.

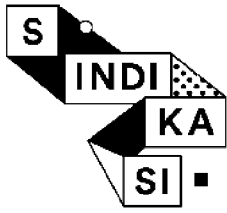
Kita butuh terobosan untuk dapat mengatasi hal ini. SINDIKASI mengusulkan agar pekerja dan serikat pekerja dapat terlibat aktif dalam sistem K3 mulai dari proses perancangan sampai pada tingkat pengawasan norma.

Bersama pengusaha, pekerja dan serikat pekerja merancang sistem K3 di tingkat perusahaan yang mampu melindungi kesehatan fisik dan jiwa. Sistem K3 itu diharapkan menjadi bagian integral dalam setiap Perjanjian Kerja Bersama antara pengusaha dan pekerja.

Sementara di tingkat pengawasan, pekerja dan serikat pekerja harus diberikan kewenangan untuk melaporkan potensi bahaya K3 dan kasus kecelakaan kerja sehingga dapat membantu kerja dari tenaga pengawas pemerintah.

Agar fungsi pengawasan berjalan optimal, pekerja juga harus diberikan hak untuk menolak perintah kerja jika kondisi kerjanya terdapat potensi bahaya bagi K3 baik fisik maupun jiwa. Selain itu, pekerja dan serikat pekerja harus mendapat perlindungan dari ancaman pemecatan, pemberangusan, atau kriminalisasi yang mungkin saja dilakukan oleh pengusaha ketika mengadvokasi isu K3.

Dengan penguatan peran pekerja dan serikat pekerja, kita tidak lagi hanya mengandalkan niat baik dari pengusaha dalam merancang sistem K3 dan melaporkan kasus kecelakaan di tempat kerja seperti



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

📍 /FPSindikasi
📧 @SINDIKASI_
📞 @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

yang tertuang dalam UU Keselamatan Kerja. Pekerja dan serikat pekerja akan memiliki peran strategis dalam memastikan sistem manajemen K3 dirancang dan diterapkan dengan baik.

Selain itu, revisi UU Keselamatan Kerja juga harus terintegrasi dengan sistem jaminan sosial di bidang ketenagakerjaan. Dengan demikian, kompensasi dan rehabilitasi bagi para pekerja yang menjadi korban kecelakaan kerja maupun penyakit akibat kerja menjadi lebih optimal. Hal ini juga penting agar negara memiliki pendataan yang jelas mengenai kasus-kasus K3 yang selama ini terjadi dan dapat dilakukan evaluasi dari data tersebut.

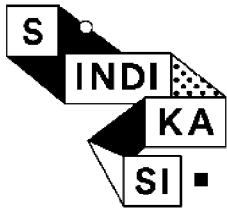
Poin lain yang perlu diubah dalam UU Keselamatan Kerja adalah ancaman sanksi pidana yang terlalu ringan yaitu tiga bulan penjara dan denda Rp 100 ribu. Menteri Tenaga Kerja Hanif Dhakiri juga telah mengakui bahwa ancaman pidana dalam aturan itu sangat ringan sehingga tidak menimbulkan efek jera. Mungkin karena rendahnya sanksi itu pula yang membuat polisi menjerat pengusaha pabrik petasan PT Panca Buana Cahaya Sukses yang meledak dengan Pasal 359 Kitab Undang-undang Hukum Pidana (KUHP) tentang kelalaian yang mengakibatkan kematian dengan ancaman lima tahun penjara.

2. Gangguan kesehatan jiwa sebagai Penyakit Akibat Kerja

UU Keselamatan Kerja sebetulnya juga sudah menyinggung sedikit mengenai kesehatan jiwa di tempat kerja. Misalnya, salah satu syarat K3 seperti tertuang pada pasal 3 ayat 1 butir H adalah “mencegah dan mengendalikan timbulnya penyakit akibat kerja baik fisik maupun psikis, peracunan, infeksi, dan penularan.” Meski begitu, tidak aturan turunan yang lebih merinci lebih jauh soal “penyakit psikis” itu.

Keputusan Presiden No 22 tahun 1993 tentang Penyakit yang Timbul Akibat Hubungan Kerja yang menjadi dasar menentukan Penyakit Akibat Kerja (PAK) hanya menyebutkan 31 jenis penyakit yang seluruhnya merupakan penyakit fisik. Pemerintah perlu memperbaharui daftar PAK tersebut agar bisa lebih melindungi kepentingan pekerja.

Salah satu yang dapat menjadi acuan adalah PAK versi International Labour Organization (ILO) yang juga baru diperbaharui pada 2010 lalu.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
@SINDIKASI_
@serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

Penyusunan daftar PAK tersebut dilakukan oleh para pakar kesehatan okupasi, perwakilan pemerintah, organisasi pekerja, dan pengusaha sehingga telah mendapat pengakuan internasional.

Adapun Penyakit Akibat Kerja versi ILO (List of Occupational Diseases, 2010):

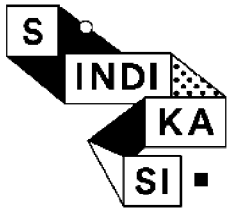
1. PAK disebabkan paparan bahan dari aktivitas kerja:
 - a. Penyakit akibat bahan kimia
 - b. Penyakit akibat paparan fisik (suara, getaran, temperatur ekstrem)
 - c. Penyakit akibat bahan biologi, infeksi, atau parasit
2. PAK yang menysasar pada organ tubuh:
 - a. Penyakit pernafasan
 - b. Penyakit kulit
 - c. Gangguan muskolesketal (sendi, ligamen, otot, syaraf, tendon, dan tulang belakang)
 - d. Gangguan kejiwaan dan perilaku (gangguan stres pascatrauma atau *post-traumatic stress disorder* dan gangguan lain yang dibuktikan secara ilmiah terkait paparan faktor resiko dari aktivitas kerja)
3. Kanker akibat kerja
4. PAK lain

Dalam daftar ini, untuk kali pertama, ILO memasukan gangguan kejiwaan dan perilaku ke dalam Penyakit Akibat Kerja. Indonesia akan selangkah lebih maju dibanding negara lain jika mengadopsi daftar PAK versi ILO ini.

3. Menanti Aturan Turunan UU Kesehatan Jiwa

Indonesia sebetulnya juga sudah mempunyai instrumen hukum baru yang mengamanatkan pentingnya iklim kondusif bagi kesehatan jiwa di tempat kerja. Undang-undang No 18 tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa menyebutkan tempat kerja dan lembaga (termasuk perusahaan) memiliki fungsi promotif serta preventif dalam gangguan jiwa.

Pasal 8 ayat 1 secara spesifik menyebut “tempat kerja” berperan dalam upaya promotif kesehatan jiwa dalam bentuk komunikasi, informasi, dan edukasi mengenai kesehatan jiwa, serta menciptakan tempat kerja yang kondusif untuk perkembangan jiwa yang sehat agar tercapai kinerja yang optimal.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

📍 /FPSindikasi
📧 @SINDIKASI_
📞 @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

Sementara pasal 14 menyebutkan lembaga, termasuk diantara perusahaan, memiliki tanggung jawab preventif terhadap gangguan kesehatan jiwa. Upaya itu dilakukan dalam bentuk menciptakan lingkungan lembaga yang kondusif bagi perkembangan kesehatan jiwa; memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi mengenai pencegahan gangguan jiwa; menyediakan dukungan psikosial dan kesehatan jiwa di lingkungan lembaga.

Segala upaya promotif dan preventif itu ditujukan untuk mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatan jiwa masyarakat secara optimal; menghilangkan stigma, diskriminasi, pelanggaran hak asasi ODGJ (orang dengan gangguan jiwa) sebagai bagian dari masyarakat; meningkatkan pemahaman dan peran serta masyarakat terhadap kesehatan jiwa; meningkatkan penerimaan dan peran serta masyarakat terhadap kesehatan jiwa.

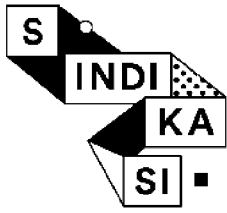
Namun, pemerintah tak kunjung menerbitkan aturan turunan dari UU Kesehatan Jiwa ini. Padahal, undang-undang mengamanatkan aturan turunan itu muncul pada 2015 atau setahun setelah disahkan.

4. Dibutuhkan Fasilitas Kesehatan yang Layak

Para pekerja yang mengalami masalah kesehatan jiwa ternyata kerap kesulitan dalam mengakses fasilitas kesehatan yang disiapkan negara. Mereka juga lebih mengenal Hal itu terlihat dalam penuturan beberapa pekerja yang disampaikan saat *focus group discussion* yang diadakan SINDIKASI.

Tomo Hartono, seorang pekerja muda pada kantor agensi periklanan digital yang mengidap gangguan bipolar, mengaku pernah mencoba menggunakan Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) Kesehatan untuk berobat. Namun upaya pengobatan itu langsung dia hentikan ketika dia datang ke Puskesmas yang merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama sesuai mekanisme BPJS Kesehatan. "Situasi di Puskesmas tidak kondusif. Antrean sangat panjang dan banyak anak-anak," ungkap Tomo.

Cerita yang serupa juga diungkap Zaky Yamani, mantan wartawan Pikiran Rakyat yang dipecat setelah dia didiagnosis mengidap masalah post traumatic stress disorder atau gangguan stres pascatrauma yang



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
t @SINDIKASI_
g @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

mempengaruhi kinerjanya di kantor. “Di tengah banyak orang dan kondisi ramai di fasilitas kesehatan, saya tidak tahan dan panik. Akhirnya saya pulang.”

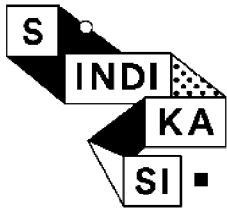
Baik Tomo maupun Zaky berharap ada perubahan mekanisme pengobatan BPJS Kesehatan sehingga pasien masalah kesehatan jiwa tidak menghadapi kesulitan seperti di atas. Selain itu, untuk kasus gangguan kesehatan jiwa yang merupakan PAK, para pekerja seharusnya dapat menggunakan mekanisme dari BPJS Ketenagakerjaan agar mendapat pelayanan yang lebih optimal.

UU Kesehatan Jiwa sebetulnya membuka peluang bagi para pekerja untuk mendapat pelayanan kesehatan yang spesifik mengurus kesehatan jiwa. Aturan itu mengakui “fasilitas pelayanan di luar sektor kesehatan pelayanan berbasis masyarakat” yang termasuk dalam “pelayanan kesehatan jiwa dasar” seperti praktik psikolog, praktik pekerja sosial, panti sosial, pusat kesejahteraan sosial, pusat rehabilitasi sosial, rumah perlindungan sosial, pesantren/institusi berbasis keagamaan, rumah singgah, dan lembaga kesejahteraan sosial.

BPJS Ketenagakerjaan dan Kesehatan diharapkan dapat juga bekerja sama dengan fasilitas pelayanan psikososial di atas sehingga para pasien mendapat pelayanan yang lebih nyaman sekaligus mengurangi beban Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama.

Pemerintah, baik pusat maupun daerah, juga memiliki tanggung jawab mendirikan fasilitas pelayanan di luar sektor kesehatan an fasilitas pelayanan berbasis masyarakat sebagaimana tercantum dalam UU Kesehatan Jiwa pasal 58.

Selain itu, SINDIKASI juga mendorong seluruh pelaku industri juga bertanggungjawab dan terlibat pada upaya promotif dan preventif untuk menjaga kesehatan jiwa para pekerja dengan melibatkan fasilitas kesehatan berbasis masyarakat. Sementara untuk upaya kuratif dan rehabilitatif, industri harus mendaftarkan para pekerjanya dalam keanggotaan BPJS Ketenagakerjaan dan Kesehatan seperti yang sudah diwajibkan Undang-undang Sistem Jaminan Sosial Nasional.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
t @SINDIKASI_
g @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

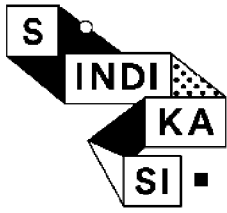
5. Pengadilan Hubungan Industrial yang Berkeadilan

SINDIKASI juga menilai institusi Pengadilan Hubungan Industrial belum memiliki pemahaman yang baik dalam sengketa yang melibatkan kasus PAK, khususnya kesehatan jiwa. Hal itu terbukti dalam kasus sengketa antara Pikiran Rakyat dan Zaky Yamani pada Pengadilan Hubungan Industrial Kota Bandung.

Zaky yang telah didiagnosis oleh dokter spesialis kejiwaan mengidap gangguan stres pascatrauma akibat kondisi kerja dianggap mangkir dan dipecat oleh manajemen Pikiran Rakyat. Permohonan pensiun dini pun juga ditolak oleh manajemen.

Aliansi Jurnalis Independen (AJI) Bandung menilai Zaky tidak bisa dipecat karena alasan sakit. Hal ini berdasarkan Pasal 153 ayat 1 huruf a Undang Undang nomor 13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan yang melarang perusahaan memecat pekerja yang berhalangan masuk kerja karena sakit selama waktu tidak melampaui 12 bulan secara terus menerus. Dengan demikian, jika seorang pekerja dipecat karena sakitnya, maka pemutusan hubungan kerjanya batal demi hukum dan perusahaan wajib mempekerjakan kembali.

Namun sengketa tak bisa selesai di tingkat bipartit. Dinas Tenaga Kerja Kota Bandung kemudian mengadakan perundingan tripartit namun tetap mengalami kebuntuan. Hingga akhirnya sengketa antara Pikiran Rakyat dan Zaky Yamani yang kemudian berlanjut di meja persidangan. Dalam sidang, Zaky telah menunjukkan bukti berupa surat hasil pemeriksaan psikolog namun Majelis Hakim mengesampingkan alasan gangguan kesehatan jiwa tersebut dan memenangkan Harian Pikiran Rakyat. Namun, yang anehnya, Majelis Hakim juga memerintahkan Harian Pikiran Rakyat untuk membayarkan uang pesangon Zaky.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

📍 /FPSindikasi
📧 @SINDIKASI_
📞 @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

IV. SEMUA HARUS BERPERAN

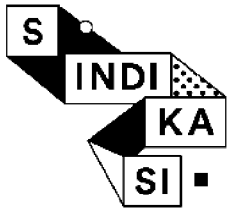
Salah satu masalah terberat yang dihadapi pekerja dengan masalah kesehatan jiwa adalah minimnya dukungan dari tempat kerja baik itu atasan maupun rekan sejawat. Hal ini yang juga dialami Zaky Yamani sepanjang dia berjuang dengan kondisi kejiwaannya. “Manajemen tidak mengakui (masalah kesehatan jiwa). Teman-teman sendiri juga banyak yang bilang saya bohong,” kata dia. Sepanjang dia mengalami kondisi ini pada 2016, Zaky mengingat hanya ada empat orang dari pekerja Pikiran Rakyat yang menjenguknya. “Apalagi setelah pengadilan tidak terbukti saya sakit. Saya hanya bisa diam saja kecuali ada yang berbaik sangka dan bertanya.”

Jurnalis yang terindikasi bermasalah dengan kesehatan jiwa sebetulnya banyak. Kondisi ini terungkap dalam survei psikologis yang dilakukan Aliansi Jurnalis Independen (AJI) Bandung bekerjasama dengan dokter dari Rumah Sakit Hasan Sadikin. “80 persen dari jurnalis yang isi kuisioner harus menjalani konseling tingkat lanjut,” jelas Zaky.

Namun alih-alih menindaklanjuti temuan itu, para jurnalis justru mengabaikannya dengan menyangkal adanya potensi gangguan kesehatan jiwa. Hanya satu orang yang kemudian secara sembunyi-sembunyi pergi untuk konseling dan akhirnya memutuskan untuk berhenti menjadi jurnalis. “Dia tidak mau bilang ke teman yang lain karena malu. Ada stigma seperti lemah iman dan tidak kuat mental. Mereka jadi malu membuka diri karena takut di-*bully*.”

Stigma terus menempel karena kesadaran akan pentingnya kesehatan jiwa di tempat kerja masih minim. Lembaga pendampingan psikologis Yayasan Pulih menilai masalah kesehatan jiwa tidak hanya dialami pekerja media tapi semua sektor. Menurut Jane L Pietra dari Yayasan Pulih, lingkungan kerja harus mengetahui jika ada pekerja yang mengalami gangguan kesehatan jiwa akibat kondisi kerja. “Karena ini terkait tempat kerja, tidak cukup hanya dengan mengobati pasien. Karena setelah dia berobat lalu kembali lagi ke lingkungan kerja yang *toxic* maka dia tidak akan sembuh.”

Jane menambahkan masalah ini tidak hanya dialami pekerja media tapi juga semua pekerja. Salah satu yang memperburuk situasi adalah kurangnya kesadaran terkait mental health di tempat kerja sehingga stigma terus terjadi. Jane menambahkan perlunya kelompok



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

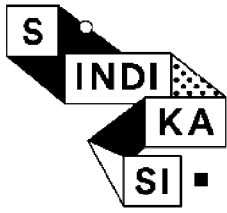
Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
t @SINDIKASI_
ig @serikatsindikasi

SINDIKASI.ORG

pendukung bagi para pekerja yang memiliki masalah kesehatan jiwa. ”*Support system* itu menjadi penting. Tidak hanya dari keluarga tapi juga dari pertemanan. Bisa dari teman kerja, teman sekolah, atau dari teman-teman yang mengalami hal yang sama,” tambah dia.

SINDIKASI menilai serikat pekerja dapat berperan besar dalam membela kepentingan pekerja dalam hal ini kesehatan jiwanya. Serikat pekerja sudah saatnya menjadikan advokasi K3 sebagai isu penting dalam perjuangan kelas pekerja. Beberapa serikat pekerja sudah memulai kerja-kerja advokasinya terkait PAK di beberapa sektor industri. Upaya ini harus terus ditingkatkan dengan salah satunya membawa kesehatan jiwa sebagai bagian dari PAK.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
@SINDIKASI_
@serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

V. REKOMENDASI

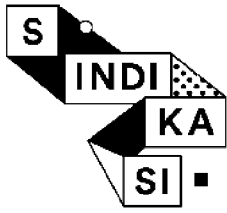
Dari uraian pada bab-bab sebelumnya, SINDIKASI telah merumuskan sejumlah rekomendasi kepada beberapa pihak yaitu:

I. Pemberi kerja/pelaku industri:

1. Menerapkan kondisi kerja yang baik bagi kesehatan jiwa sesuai dengan peraturan ketenagakerjaan seperti:
 - a. Pembatasan jam kerja
 - b. Kompensasi lembur
 - c. Non diskriminasi terhadap ODMM dan ODGJ
2. Membuat peraturan perusahaan, PKB, dan kontrak kerja yang memperhitungkan faktor risiko kesehatan mental sekaligus pemulihan.
3. Mempromosikan pentingnya kesehatan jiwa di tempat kerja.
4. Menanggapi dengan serius keluhan dari pekerja terkait gangguan kesehatan mental yang dihadapi.

II. Pemerintah dan lembaga negara:

1. Merevisi UU Keselamatan Kerja dan peraturan turunannya dengan memperkuat peran pekerja dan serikat pekerja serta memperberat ancaman pidana bagi pengusaha yang melanggarnya.
2. Mengakui gangguan kesehatan jiwa sebagai penyakit akibat kerja
3. Mempromosikan dan mensosialisasikan gangguan kesehatan jiwa sebagai bagian dari K3.
4. Membuat peraturan turunan dari Undang-undang Kesehatan Jiwa yang dapat mengakomodir kepentingan kelas pekerja.
5. Pemerintah pusat dan daerah mengalokasikan dana untuk fasilitas pelayanan berbasis masyarakat seperti amanat UU Kesehatan Jiwa.
6. BPJS Kesehatan dan Ketenagakerjaan memperbaiki akses pelayanan kesehatan jiwa yang layak.



**Serikat Pekerja Media
dan Industri Kreatif
untuk Demokrasi**

Jalan Kalibata Timur IVG
no 10, Pancoran,
Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 12740

f /FPSindikasi
t @SINDIKASI_
g @serikatsindikasi
SINDIKASI.ORG

III. Masyarakat dan Serikat Pekerja

1. Membangun kesadaran umum bahwa kesehatan mental adalah permasalahan bersama dan menghapus stigma yang selama ini melekat pada pengidapnya.
2. Solidaritas kelompok masyarakat, kelas pekerja, dan seluruh elemen terkait untuk saling mendukung
3. Mendorong profesional di bidang kesehatan mental untuk membuka akses dan mempromosikan isu kesehatan mental.
4. Mendukung ekosistem kerja non diskriminatif
5. Serikat pekerja mengarusutamakan K3, termasuk isu kesehatan jiwa, sebagai dari bagian perjuangan kelas pekerja.

TIM PENULIS

Ellena Ekarahendy
Ikhsan Raharjo
Rio Apinino

Informasi lebih lanjut mengenai kertas posisi ini silakan menghubungi Sekretariat SINDIKASI di nomor 0821-1245-425 atau serikat@sindikasi.org / sindikasiserikat@gmail.com