

## Mahasiswa Psikologi Unimal Adakan Kegiatan Psikoedukasi Bagi Santriwati Syamsuddhuha



Mahasiswa Psikologi Unimal adakan kegiatan Psikoedukasi bagi Santriwati MTsS Syamsuddhuha Glumpang Sulu Barat Cot Murong, Kecamatan Dewantara, Aceh Utara, Minggu (15/10/2023). Foto: Ist.

**UNIMALNEWS | Krueng Geukueh-** Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh adakan kegiatan Psikoedukasi untuk para santriwati Madrasah Tsanawiyah Swasta (MTsS) Syamsuddhuha Glumpang Sulu Barat Cot Murong, Kecamatan Dewantara, Aceh Utara, Minggu (15/10/2023). Kegiatan ini diikuti oleh puluhan santriwati dan didampingi oleh beberapa ustazah.

Berdasarkan rilis yang diterima Unimalnews, kegiatan ini merupakan salah satu projek mata kuliah Kesehatan Mental yang dibimbing oleh Nur Afni Safarina MPsi.

Tema yang diusung pada kegiatan ini adalah “Self awareness untuk mental yang sehat”. Self awareness itu sendiri merupakan kemampuan untuk mengenali dan memahami diri sendiri, termasuk emosi, nilai-nilai, kekuatan, kelemahan, dan perilaku.

Ulfa Rahmasari salah satu mahasiswi sekaligus pembawa acara pada kegiatan tersebut, dalam sambutannya menyampaikan rasa terima kasih kepada pihak MTsS atas penerimaan dan kerjasamanya sehingga terselenggarakan kegiatan ini.

“Tentunya kami mengucapkan terima kasih kepada bapak ibu serta para peserta yang telah mengikuti kegiatan ini. Semoga materi yang disampaikan dapat dipahami dan dapat dipraktikkan dalam diri,” terangnya.

Pemateri dalam kegiatan ini disampaikan oleh Syifa Rahimatul Waddah yang juga sebagai ketua pelaksana kegiatan. Ia menyampaikan tujuan diselenggarakannya psikoedukasi ini adalah untuk meningkatkan self awareness pada para santri agar mereka dapat mengenali diri lebih baik sehingga mampu dalam pengambilan keputusan dan mudah dalam penyelesaian masalah.

Dalam materinya, Syifa menyampaikan bahwa Psikoedukasi tentu sangat penting bagi seluruh pelajar yang mungkin belum mengetahui secara jelas terkait dengan self awareness.

“Dengan adanya psikoedukasi ini diharapkan pelajar mudah untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dan mengenali diri mereka sendiri,” ucapnya.

Setelah materi disampaikan, mereka melanjutkan dengan sesi diskusi berupa tanya jawab oleh pemateri dan santriwati. Mahasiswa juga memberikan beberapa hadiah kepada para santriwati yang bertanya serta melakukan ice breaking di sela-sela kegiatan berlangsung. [fzl]

**Tanggal:** 16 October 2023

**Post by:** [Faizul](#)

**Kategori:** [News](#), [Geliat Mahasiswa](#),

**Tags:** [Unimal](#), [Aceh Utara](#), [Kedokteran Unimal](#), [Unimal Hebat](#),