Mahasiswa Unimal Psikoedukasi di Dayah Jabal Nur: Bahas Pentingnya Self-Love dan Kesehatan Mental

Mahasiswa Unimal Psikoedukasi di Dayah Jabal Nur: Bahas Pentingnya Self-Love dan Kesehatan Mental

UNIMALNEWS | Krueng Geukeuh –Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh (Unimal) melaksanakan psikoedukasi bertema "Self-Love: Strategi Menjaga Kesehatan Mental & Gangguan Psikosomatis" di Dayah Jabal Nur, Paloh Lada, Kecamatan Dewantara, Aceh Utara, pada Jumat (4/10/2024).

Psikoedukasi ini diinisiasi oleh delapan mahasiswa Psikologi Unimal, yaitu Chindy Novita Rahmadani, Fardhan Aprizal, Nurzahara, Mutiara Balqis Nasution, Najwa Safhira, Meutia Muslimah, Rahmadina Lubis, dan Syifa Aulia Putri. Kegiatan ini dihadiri oleh Tgk. Nasir, salah satu tokoh pengasuh dayah, serta 20 santriwati dari Dayah Jabal Nur.

Dalam kegiatan tersebut, para mahasiswa memberikan pemahaman tentang konsep self-love, yaitu bagaimana mencintai diri sendiri meskipun berada dalam lingkungan yang jauh dari orang tua. Selain itu, mereka juga menjelaskan tentang gangguan psikosomatis, yang merupakan kondisi di mana gangguan fisik dipicu oleh tekanan mental atau emosional.

Chindy Novita Rahmadani, sebagai perwakilan mahasiswa, menyampaikan bahwa tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk membantu santriwati memahami cara mencintai diri sendiri di tengah dinamika kehidupan di dayah.

“Kami berharap psikoedukasi ini dapat membantu adik-adik santriwati di sini untuk lebih mencintai diri mereka sendiri, meski jauh dari orang tua. Kami tahu terkadang ada perasaan tidak didukung oleh teman-teman, dan kami ingin kegiatan ini menjadi dorongan positif bagi mereka,” ujar Chindy.

Kegiatan ini diakhiri dengan sesi tanya jawab yang interaktif, di mana para santri diberi kesempatan untuk mengulang kembali materi yang telah disampaikan melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh mahasiswa. Antusiasme para santriwati dalam sesi ini menunjukkan minat mereka yang tinggi terhadap topik yang dibahas.

Tgk. Nasir, sebagai tokoh pengasuh dayah, juga menyampaikan apresiasinya terhadap kegiatan psikoedukasi ini. "Terima kasih kepada mahasiswa dari Unimal yang telah memberikan edukasi kepada adik-adik santri di sini. Semoga ilmu yang disampaikan bermanfaat dan bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari," ungkapnya.[tmi]

Tanggal: 06 October 2024
Post by: Tami
Kategori: News,
Tags: Unimal, Aceh, Kedokteran Unimal,