

Peringati Hari Kesehatan Mental Sedunia, PSYCHOFEST FPsi UNAIR Gelar Long March Edukasi Kesehatan Mental

Achmad Sarjono - SURABAYA.UPDATE.CO.ID

Oct 19, 2022 - 17:18



Gelaran long march edukasi kesehatan mental yang diadakan oleh PSYCHOFEST FPsi UNAIR dalam rangka memperingati Hari Kesehatan Mental Sedunia, Minggu (16/10/2022).

SURABAYA – Psychology Festival (PSYCHOFEST) 2022 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga menggelar long march edukasi kesehatan mental pada

Minggu (16/10/2022). Long march ini diadakan di Car Free Day (CFD) Taman Bungkul sebagai bagian dari peringatan Hari Kesehatan Mental Sedunia.

“Fokus dari edukasi kesehatan mental ini sendiri kita mau mengajak masyarakat untuk jangan melupakan pentingnya menjaga kesehatan mental. Masyarakat itu masih belum sadar kalau kesehatan mental itu sama pentingnya dengan kesehatan fisik,” tutur Joanita Kanissa, mahasiswa prodi S1 Psikologi UNAIR yang merupakan penanggung jawab gelaran long march ini pada wawancara Senin (17/10/2022).

Long march edukasi kesehatan mental ini juga bertujuan untuk membantu meningkatkan awareness mengenai kesehatan mental kepada masyarakat umum. Tidak hanya itu, kegiatan edukasi ini juga menekankan pentingnya mencari bantuan profesional di saat menghadapi problem kesehatan mental.

“Jadi, kita meningkatkan awareness ke masyarakat luas kalau misalnya kamu itu merasa ‘capek’ sangat tidak apa-apa untuk datang ke pertolongan profesional. Karena gangguan kesehatan mental itu memang harus diobati sama pentingnya kayak kesehatan fisik,” tegas Joanita.

Image not found or type unknown



Gelaran long march edukasi kesehatan mental yang diadakan oleh PSYCHOFEST Fpsi UNAIR dalam rangka memperingati Hari Kesehatan Mental

Sedunia, Minggu (16/10/2022).

Acara long march ini diisi dengan beberapa kegiatan guna mengedukasi masyarakat luas mengenai pentingnya isu terkait kesehatan mental. Edukasi ini dilakukan dengan menyuarakan orasi dan jargon terkait kesehatan mental, mengisi kotak wish yang telah disediakan panitia, serta membagi-bagikan kipas dan stiker yang berisi informasi tentang kesehatan mental.

Long march ini sendiri diikuti sekitar 142 mahasiswa yang sebagian besar merupakan mahasiswa prodi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Namun, ada juga beberapa mahasiswa dari prodi lain. Kegiatan ini pun disambut antusiasme oleh masyarakat pengunjung CFD Taman Bungkul.

Banyak diantara pengunjung CFD yang menaruh perhatian terhadap long march edukasi kesehatan mental ini terutama pada saat kegiatan orasi dan jargon berlangsung. Tidak hanya itu, mereka juga menyempatkan waktu untuk mengisi kotak wish dan mengambil kipas serta stiker edukasi kesehatan mental yang telah disediakan oleh panitia.

“Kita ingin supaya masyarakat itu lebih sadar, lebih aware tentang betapa pentingnya kesehatan mental. Selain itu, juga kita ingin mengajak masyarakat untuk lebih peduli lagi ke orang-orang di sekitar mereka siapa tahu mereka juga butuh bantuan,” pungkas Joanita di akhir wawancara. (*)

Penulis: Agnes Ikandani

Editor: Binti Q. Masruroh