

BERMASA 2025: BEM UPNVJ Beri Edukasi Kesehatan Mental ke Anak-Anak Panti Asuhan

Friday, 28 March 2025 22:24 WIB



HumasUPNVJ - Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta (UPNVJ), Bidang Lingkungan Masyarakat, Departemen Sosial Masyarakat kembali menghadirkan acara berbagi kehangatan dan kebersamaan melalui program kerja BERMASA (Bersama Merangkai Asa).

Mengusung tema 'Menjalin Rasa, Menumbuhkan Asa,' kegiatan bakti sosial ini digelar bersama sejumlah anak-anak di Panti Asuhan Al-Mubarakah, Lebak Bulus, Jakarta Selatan, 25 Maret 2025.

Program kerja ini merupakan sarana dan aksi nyata mahasiswa dalam menunjukkan kepedulian mereka kepada kelompok masyarakat yang memang membutuhkan kehadiran serta dukungan psikologis.

"Melalui program ini, kami berupaya menghadirkan langkah konkret dalam pengabdian kepada masyarakat dengan mengedepankan kolaborasi antar pihak serta sinergi antara nilai kebersamaan, keilmuan, dan pengabdian," ungkap Kepala Bidang Lingkungan Masyarakat BEM UPNVJ Jodhy Farrel Budiman.

"Kami berharap inisiatif ini dapat memberikan dampak positif dan kebermanfaatannya nyata bagi masyarakat sekitar," sambungnya.

Kegiatan bakti sosial ini meliputi pendampingan kesehatan mental, melukis tote bag, buka puasa bersama, dan berbagai aksi dukungan terkait beragam kebutuhan anak-anak panti asuhan.

Aksi Nyata Melalui Pendampingan Mental Health

Sebagai bentuk kepedulian terhadap isu kesehatan mental di lingkungan masyarakat, BEM UPNVJ mengadakan sesi pendampingan mental health awareness yang dirancang secara interaktif dan mudah dipahami oleh anak-anak panti asuhan.

Kegiatan ini dipandu oleh Dra. Rosnalisia Z., M.Psi., CHt, seorang psikolog yang memberikan edukasi dengan pendekatan yang menyenangkan dengan menggunakan boneka sebagai mediana.

Pendekatan inovatif digunakan dalam penyampaian materi, seperti penggunaan boneka interaktif dan games psikologis, yang bertujuan menciptakan suasana lebih menarik bagi anak-anak. Interaksi antara pembicara, panitia, dan anak-anak panti berlangsung dengan penuh makna, menciptakan ruang aman bagi mereka untuk memahami pentingnya kesehatan mental.

Selain itu, anak-anak panti asuhan juga diarahkan untuk menulis cita-cita mereka di masa depan sebagai bentuk motivasi agar berani bermimpi dan memiliki harapan untuk masa depan yang lebih baik.

"Kami berharap melalui kegiatan ini, mereka dapat menjadi lebih percaya diri dan optimistis dalam menggapai cita-cita mereka. Terlebih lagi, melalui interaksi dengan mereka kami melihat bahwa mereka memiliki potensi yang besar untuk berkembang," ungkap Alifah Jasmine Kallista Remanu, Project Officer BERMASA 2025.

Mengekspresikan Diri Melalui Kegiatan Melukis

Sebagai bentuk terapi emosional dan pengembangan kreativitas, anak-anak panti asuhan diberi kesempatan untuk mengekspresikan perasaan mereka melalui kegiatan melukis. Program ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana rekreasi, tetapi juga media membantu anak-anak dalam mengelola emosi mereka secara positif.

Melalui kegiatan melukis, anak-anak dapat mengekspresikan diri sebagai bentuk penyaluran ekspresi secara positif sekaligus sarana pengembangan kreativitas.

Aktivitas ini tidak hanya mengurangi stres dan kecemasan, tetapi juga dapat menjadi alat untuk membantu anak-anak yang mengalami trauma dalam mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang lebih aman dan nyaman.

"Saya sendiri berharap kegiatan ini tidak hanya menjadi sarana ekspresi bagi anak-anak di Panti Asuhan Al-Mubarakah, tetapi juga membantu mereka dalam mengelola emosi dan membangun kepercayaan diri," tutur Kepala Departemen Bidang Sosial Masyarakat BEM UPNVJ Muhammad Zidan Asy Syakur.

Melalui interaksi yang terjalin, kami melihat bahwa mereka memiliki potensi besar yang perlu terus didukung agar dapat berkembang secara optimal di masa depan," sambungnya.

Kegiatan melukis juga berperan penting dalam mengembangkan kreativitas, meningkatkan imajinasi, serta membangun rasa percaya diri. Program ini bukan sekadar aktivitas rekreasi, tetapi juga menjadi media pembelajaran emosional dan intelektual yang dapat membantu anak-anak tumbuh dan berkembang secara optimal.