

# NEWSPAPER

## Angkat Isu Kesehatan Mental Anak, Mahasiswa UNAIR Raih Predikat Best Paper Nasional

Achmad Sarjono - [SURABAYA.NEWSPAPER.CO.ID](http://SURABAYA.NEWSPAPER.CO.ID)

Sep 17, 2022 - 15:30



*FOTO Raselly Elfa Putri. (Foto: Dokumentasi Pribadi)*

SURABAYA – Mahasiswa Bahasa dan Sastra Inggris Universitas Airlangga (UNAIR) kembali torehkan prestasi membanggakan di tingkat nasional. Ia adalah

Raselly Elfa Putri, peraih predikat Best Paper dalam Lomba Esai Nasional yang diselenggarakan oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Surabaya, pada Senin (12/9/2022).

Dalam lomba yang bertajuk Media Sosial dalam Merekonstruksi Pola Hidup Masyarakat di Era 5.0, Raselly menggagas sebuah aplikasi untuk mereduksi Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada anak akibat penggunaan media sosial berlebih.

Gagasan tersebut ia angkat lantaran keprihatinannya terhadap penggunaan media sosial berlebih pada anak yang dirasa belum memiliki kemampuan menyaring informasi. Media sosial tanpa disadari telah membangun body image dan standar nilai sosial tertentu yang seolah-olah harus diikuti oleh semua orang. Pada anak-anak, kondisi tersebut dapat menimbulkan tekanan, menyebabkan hilangnya rasa percaya diri, hingga munculnya rasa stress dan trauma.

“Masifnya perkembangan informasi digital, anak dipandang belum memiliki cukup kemampuan untuk menyaring informasi, sehingga akan menimbulkan potensi kecemasan yang berlebihan dan insecurity akibat sense of comparison dia dengan yang lain. Nah, kalau anak tidak bisa meng-organize itu, pasti akan menyebabkan gejala mental yang berkepanjangan sehingga bisa menimbulkan perasaan trauma,” ujar Selly.

Lebih lanjut, Mahasiswa Berprestasi FIB 2021 itu menuturkan bahwa aplikasi gagasannya dirancang dengan empat fitur. Keempat fitur tersebut masing-masing memiliki fungsi berbeda, yaitu fungsi deteksi kecemasan, konsultasi, hiburan, serta interaksi antar pengguna.

Tidak hanya itu, Selly juga menyampaikan harapannya agar aplikasi yang ia gagas dapat direalisasikan. Pasalnya, banyak ide-ide kreatif mahasiswa yang tidak dapat direalisasikan sebab keterbatasan alat dan fasilitas. Ia juga berharap isu-isu kesehatan mental lebih banyak diperhatikan sebab kesehatan manusia tidak hanya fisik saja, tetapi kesehatan mental juga perlu dijaga.

“Topik-topik kesehatan mental ini sebenarnya perlu ditingkatkan lagi awareness-nya sejak dini. Karena yang bisa meng-handle mental seseorang ya dirinya sendiri. Makanya, perlu banget informasi-informasi itu disebarluaskan ke masyarakat bahkan ke anak-anak. Masih banyak yang nggak peduli dan menganggap remeh isu kesehatan mental. Padahal, kalau mental saja sudah terganggu, bagaimana bisa jadi orang yang selalu positif dan suportif ke orang lain?,” ungkapnya.

Terakhir, Selly berpesan bagi mahasiswa untuk terus berinovasi dan berkarya tanpa takut gagal. Dengan demikian, inovasi dan gagasan diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi masyarakat luas.

“Mindset-nya harus lebih jauh lagi, bukan hanya ingin menang saja, tapi juga ingin jadi orang yang berguna biar ilmu yg didapatkan bisa dirasakan manfaatnya oleh banyak orang. Kalau gagal ya tinggal terima terus coba lagi, mumpung masih bertulang muda,” pungkasnya.

Penulis: Yulia Rohmawati

Editor: Khefti Al Mawalia