



## **Program Studi Magister Psikologi Adakan Pengabdian Masyarakat di Desa Sumber Melati Diski**

Ibu-ibu rumah tangga warga Desa Sumber Melati Diski Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang, mengikuti sosialisasi dan pelatihan model konseling Creative Art yang diselenggarakan oleh Program Studi Magister Psikologi Program Magister Universitas Medan Area (UMA) dalam rangka pengabdian masyarakat. Sosialisasi ini diberikan untuk mengatasi stres dalam meningkatkan kualitas kehidupan kerja, kegiatan ini berlangsung di aula kantor Desa Sumber Melati Diski, Selasa (19/3/2019).

Hadir dalam acara tersebut, Kepala Desa SM Diski, Sariman S.Pd.I, Direktur Program Magister UMA Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS. Selain itu beberapa dosen UMA yakni, Drs. Hasanudin, M.Ag, Ph.D, Ketua Program Studi Magister Psikologi UMA Prof. Dr. Sri Milfayetty, M.Kons serta Sekretaris Program Studi Magister Psikologi Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Psi hadir sebagai narasumber dalam kegiatan tersebut.



Narasumber Drs. Hasanudin, M.Ag, Ph.D mengatakan, kegiatan tersebut merupakan program UMA dalam pengabdian masyarakat Program Studi Magister Psikologi. “Semua orang dapat

mengalami stres. Orangtua, remaja bahkan anak-anak. Jadi kita ingin masyarakat itu dapat menyampaikan sesuatu atau manajemen stres,” katanya di sela-sela acara. Drs. Hasanudin, M.Ag, Ph.D kemudian memberikan pengarahan tentang cara menghadapi stres kepada ibu-ibu yang hadir. Peserta terlihat antusias mengikuti arahan dari para narasumber saat melakukan relaksasi, imajinasi pikiran dan banyak hal untuk menghilangkan stres. “Minimal yang hadir ini bisa menjadi benteng untuk menghadapi stres, setidaknya bagi dirinya sendiri. Dari sini mereka nanti akan berbicara dan dapat mengajarkan pada teman-teman atau tetangga yang lain. Jadi, kita berharap materi-materi yang kita ajarkan dapat tersalurkan untuk masyarakat,” jelas Hasanuddin.

Sementara itu, Kades SM Diski, selaku tuan rumah mengucapkan terimakasih kepada para narasumber maupun yang terlibat dalam acara tersebut. “Saya sangat berterimakasih sekali. UMA itu sangat peduli sama masyarakat, khususnya warga saya di SM Diski ini,” tuturnya. Sariman berharap, warga yang hadir pada kegiatan tersebut pun dapat mempraktekkan apa yang telah diterima dari para narasumber dalam kehidupan sehari-hari. “Kita tahu, dalam kehidupan banyak masalah, apalagi ibu-ibu kan? Mudah-mudahan dengan ini warga saya bisa lebih dewasa menghadapi masalah, lebih memahami cara menghadapi lika-liku kehidupan. Sekali lagi saya sangat berterimakasih pada UMA dan narasumber,” tutupnya.

