

# KUMHAM

## Pastikan Mental Tahanan Baru, Petugas Kesehatan Rutan Kudus Lakukan Pemeriksaan

David Fernanda Putra - [KUDUS.KUMHAM.COM](http://KUDUS.KUMHAM.COM)

Sep 13, 2024 - 21:17



Kudus – Guna menjaga kesehatan mental para tahanan, Devi, Petugas Kesehatan di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Kudus (Rutan Kudus) mengadakan kegiatan pemeriksaan kesehatan mental kepada sembilan orang tahanan baru pada Kamis, 12 September 2024. Kegiatan ini melibatkan pengisian survei Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) serta Self

Reporting Questionnaire (SRQ), yang bertujuan untuk mendeteksi masalah psikologis dan menilai kondisi emosional serta perilaku para tahanan.

Selain pengisian survei, Devi juga memberikan edukasi kepada para tahanan tentang tips-tips relaksasi yang dapat mereka praktikkan untuk mengurangi stres selama masa tahanan. Metode relaksasi seperti teknik pernapasan dalam, meditasi sederhana, dan cara-cara untuk menjaga keseimbangan emosi menjadi bagian dari materi yang diberikan.

"Kesehatan mental tahanan merupakan prioritas kami. Kami ingin memastikan mereka tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga mampu mengatasi tekanan psikologis yang mungkin mereka alami," ungkap Devi.

Pemeriksaan kesehatan mental seperti ini diharapkan dapat membantu para tahanan untuk lebih mudah beradaptasi dan mengurangi risiko gangguan mental selama menjalani masa tahanan. Program ini menjadi bagian dari komitmen Rutan Kudus dalam menyediakan lingkungan yang lebih sehat bagi semua Warga Binaan Pemasyarakatan Rutan Kudus.