

Tidak Hanya Sebagai Petarung, Paddy Pimblett Juga Aktif Kampanye Kesehatan Mental Pria

Olahraga, Suaralugas.com – Paddy “The Baddy” Pimblett adalah petarung sensasional asal Liverpool, Inggris. Ketertarikannya pada seni bela diri bermula sejak umurnya masih sangat muda. Perpindahannya ke MMA terjadi pada saat dia berumur 14 tahun karena terinspirasi pertarungan Vitor Belfort dan Rich Franklin, Kamis (08/12/2022).

Tidak hanya sebagai petarung, Paddy juga dikenal sebagai sosok yang aktif mengkampanyekan kesehatan mental pria. Pada sajian Pub Talk buatan Mola, Paddy membahas secara terbuka soal pengalaman pribadinya. Dirinya berambisi untuk mengubah stigma yang ada di masyarakat soal kesehatan mental pria.

Dalam tiga pertandingannya di UFC, Paddy selalu menang dan bahkan menyabet penghargaan Performance of the Night. Sebelum bergabung dengan UFC pada tahun 2021, petarung asal Liverpool ini berkompetisi di Cage Warriors, dia sukses menjadi juara pemegang sabuk juara kelas featherweight.

Pada pertandingan terakhirnya di ring Oktagon, Paddy mendedikasikan kemenangannya pada sahabatnya yang merenggut nyawanya sendiri. Sekarang, dia pun aktif mengkampanyekan isu kesehatan mental pria. Dia juga membentuk yayasan bernama The Baddy Foundation untuk melawan stigma yang ada pada kesehatan mental pria dan membantu anak-anak di komunitasnya untuk memenuhi kebutuhan utamanya.

Dikutip dari hallosehat.com mengenai mental kesehatan pria. Selama ini pria digambarkan sebagai sosok kuat, dominan, dan pemegang kendali. Meski tak sepenuhnya buruk, pemikiran ini

membuat pria tidak mau membuka diri terkait kondisi mereka.

Beberapa penelitian menyebut, pria yang tidak dapat berbicara terbuka mengenai emosinya mungkin kurang mampu mengenali gejala gangguan mental dalam diri mereka.

Tidak sedikit dari mereka yang sebenarnya sadar sedang mengalami gangguan mental tertentu, tetapi cenderung tidak mencari bantuan.

Stigma di masyarakat membuat pria berat hati untuk mengakui gangguan mental yang mereka alami. Akibatnya, kondisinya akan semakin parah karena dibiarkan begitu saja.

Dibandingkan bicara ke orang terdekat soal kesehatan mentalnya, kebanyakan pria cenderung memilih mengatasi stres dengan tindakan berbahaya, seperti minum alkohol atau obat-obatan.

Risiko bunuh diri pada pria juga lebih tinggi. American Foundation for Suicide Prevention dalam laman National Alliance on Mental Illness menyebut, sekitar 70% kasus bunuh diri dilakukan oleh pria.

Sumber: molanewsid