

Seminar *Parenting* sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Kesehatan Mental Ibu dan Anak di Desa Pegagan

Parenting Seminar as an Effort to Improve Understanding of Maternal and Child Mental Health in Pegagan Village

As Syifa Sidikah Thayibatunisa^{1*}, Ganis Ainnur Rahmah², Anindia Nabillah Nurafifah³, Royhan Azizy⁴, Sandi Pratama⁵, Syamsul Mubarak⁶, Sandinata Kusuma⁷

¹Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

²Program Studi Komunikasi Penyiaran Islam, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

³Program Studi Ekonomi Syariah, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

⁴Program Studi Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

⁵Fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

⁶Fakultas Komunikasi dan Dakwah, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

⁷Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon

Alamat : Jl. Widarasari III, Sutawinangun, Kec. Kedawung, Kabupaten Cirebon, Jawa Barat, Indonesia 45153

* Penulis Korespondensi: Thayibatunisa@gmail.com

Artikel Histori:

Naskah Masuk: 29 Juli 2025;

Revisi: 13 Agustus 2025;

Diterima: 25 Agustus 2025;

Terbit: 27 Agustus 2025;

Keywords: Child Protection; Educational Strategies; Mental Health; Mother and Child; Parenting.

Abstract: A parenting seminar on maternal and child mental health organized by KPM UI Bunga Bangsa Cirebon students in Pegagan Village is a form of community service aimed at raising awareness and understanding of the importance of mental health in parenting. The limited knowledge of mental health issues in rural communities, coupled with high levels of stress experienced by parents, often negatively impacts parenting practices. This has the potential to hinder optimal child development, both physically, psychologically, and socially. Therefore, this activity was designed with a participatory approach, where the community is not merely an object but is also involved from the beginning of the planning process. This process includes coordination with village officials, seminars, and monitoring and evaluation stages, so that the community feels ownership and plays an active role in the program. The seminar featured speakers from psychology and legal academics who explained the relationship between parental mental health and fulfilling legal obligations to protect children's rights. The material presented emphasized how parental stress and emotions can affect child development, as well as the importance of parents' ability to manage the pressures of everyday life. Participants gained an understanding of strategies for maintaining mental health, including good time management, building open communication within the family environment, and strengthening social support as an emotional support system. The results of the activity showed an increase in participants' awareness of the importance of mental health not only as an individual need, but also as a moral, social, and legal responsibility in creating a healthy, safe, and resilient family environment. Therefore, this parenting seminar can be seen as an effective educational strategy, not only strengthening parents' capacity to raise children but also building sustainable local support networks for the well-being of families and communities.

Abstrak

Seminar parenting tentang kesehatan mental ibu dan anak yang diselenggarakan oleh mahasiswa KPM UI Bunga Bangsa Cirebon di Desa Pegagan merupakan salah satu bentuk pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman warga mengenai pentingnya kesehatan mental dalam pengasuhan. Selama ini, keterbatasan pengetahuan masyarakat pedesaan mengenai isu kesehatan mental, ditambah dengan tingginya tingkat stres yang dialami orang tua, seringkali berdampak negatif pada pola asuh. Hal ini berpotensi menghambat optimalisasi tumbuh kembang anak, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Oleh karena itu, kegiatan ini dirancang dengan pendekatan partisipatif, di mana masyarakat tidak hanya menjadi objek, tetapi juga dilibatkan sejak awal proses perencanaan. Proses ini meliputi koordinasi bersama perangkat desa, pelaksanaan seminar, hingga tahap monitoring dan evaluasi, sehingga masyarakat merasa memiliki dan berperan aktif dalam program. Seminar ini menghadirkan narasumber dari kalangan akademisi psikologi dan hukum yang memberikan penjelasan mengenai hubungan antara kesehatan mental orang tua dengan pemenuhan kewajiban hukum dalam melindungi hak-hak anak. Materi yang disampaikan menekankan pada bagaimana stres dan emosi orang tua dapat memengaruhi tumbuh kembang anak, serta pentingnya kemampuan orang tua dalam mengelola tekanan hidup sehari-hari. Peserta mendapatkan pemahaman mengenai strategi menjaga kesehatan mental, antara lain dengan melakukan manajemen waktu yang baik, membangun komunikasi terbuka di lingkungan keluarga, dan memperkuat dukungan sosial sebagai sistem penopang emosional. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran peserta mengenai pentingnya kesehatan mental tidak hanya sebagai kebutuhan individu, melainkan juga sebagai tanggung jawab moral, sosial, dan hukum dalam mewujudkan lingkungan keluarga yang sehat, aman, dan tangguh. Dengan demikian, seminar parenting ini dapat dipandang sebagai strategi edukatif yang efektif, tidak hanya memperkuat kapasitas orang tua dalam mengasuh anak, tetapi juga membangun jejaring dukungan lokal yang berkelanjutan demi kesejahteraan keluarga dan masyarakat.

Kata kunci: Ibu dan Anak; Kesehatan Mental; *Parenting*; Perlindungan Anak; Strategi Edukatif.

1. LATAR BELAKANG

Di banyak desa, termasuk Desa Pegagan, pemahaman masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental ibu dan tumbuh kembang anak masih terbatas. Kondisi ini sering menghambat pencegahan dini gangguan kesehatan mental dan mengurangi efektivitas pola asuh. Beberapa studi menunjukkan bahwa program pelatihan parenting lebih intensif dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan ibu rumah tangga; misalnya, di Desa Kuala Sebatu, Riau, pelatihan parenting terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pola asuh (Liriwati et al., 2022), dan di Desa Mariana, Banyuasin, dukungan program sejenis berhasil membentuk keterampilan parenting yang sesuai dengan tumbuh kembang anak (Eprilia et al., 2023).

Selain itu, stres kronis yang dialami orang tua khususnya ibu dapat menurunkan kualitas pengasuhan, sebab stres yang tidak dikelola dapat melemahkan sensitivitas mereka terhadap kebutuhan emosional anak dan meningkatkan risiko terjadinya dinamika keluarga yang tidak sehat. Hal ini sejalan dengan Family Stress Model, yang menyatakan bahwa tekanan ekonomi atau keluarga dapat menurunkan kondisi mental orang tua, dan pada gilirannya berdampak negatif pada praktik pengasuhan serta kesehatan anak (Masarik & Conger, 2017). Studi lain juga mengungkap bahwa stres orang tua berhubungan langsung dengan praktik pengasuhan yang kurang responsif dan peningkatan masalah perilaku pada anak, sebagaimana ditemukan dalam penelitian keluarga berpenghasilan rendah (Lee et al., 2020).

Keterbatasan intervensi lokal mengenai kesehatan mental, khususnya yang berbasis seni seperti Art Therapy, masih menjadi tantangan yang perlu mendapat perhatian serius. Di Cirebon, misalnya, program Art Therapy yang melibatkan seni, lagu, dan refleksi dilaksanakan sebagai upaya penguatan kesehatan mental ibu terbukti memberikan pengalaman yang bermanfaat, menyenangkan, serta menghadirkan dukungan psikologis yang signifikan (Mulyana et al., 2022). Namun demikian, jenis implementasi semacam ini masih jarang ditemui secara sistematis di banyak desa, termasuk di Desa Pegagan, sehingga potensi manfaatnya belum dapat dirasakan secara merata.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui seminar parenting yang disesuaikan dengan tantangan era digital. Kegiatan ini terbukti mampu membangun kesadaran kritis orang tua, sebagaimana dibuktikan dalam seminar parenting di Desa Koreak yang meningkatkan pemahaman peran orang tua dalam pendidikan moral sekaligus pengawasan penggunaan teknologi oleh anak melalui pendekatan interaktif dan diskusi kelompok. Seminar parenting terbukti menjadi strategi edukatif yang efektif dalam memperkuat peran orang tua; di Desa Tanjunganom, misalnya, pelaksanaan seminar meningkatkan keterlibatan ayah dalam pengasuhan, yang berdampak positif pada perkembangan sosial dan emosional anak (Maulana Anwar et al., 2024).

Demikian pula, seminar parenting di Desa Koreak berhasil mendorong peningkatan pemahaman orang tua terkait peran mereka di era digital serta penggunaan teknologi yang bijak dalam mendidik anak (Nonoh Haetin et al., 2024). Di sisi lain, pendekatan seminar berbasis positive parenting dalam komunitas GKII Tenggarong menonjol melalui edukasi interaktif yang memberikan landasan positif bagi interaksi orang tua-anak (Suryadi et al., 2021). Kajian tentang pola asuh ayah juga menunjukkan bahwa keterlibatan aktif ayah memperkuat perilaku prososial anak dan meningkatkan kolaborasi antara ayah dan ibu (Destita Shari et al., 2024). Selain itu, seminar oleh organisasi LDII di Bandar Lampung menekankan pentingnya harmoni antara ayah dan ibu dalam mendampingi pertumbuhan anak, mendorong kolaborasi kedua orang tua sebagai komponen penting dalam menciptakan lingkungan keluarga yang sehat (Ahmat Nurdin, 2025).

Berdasarkan rumusan masalah di atas, pelaksanaan seminar parenting di Desa Pegagan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu, serta orang tua pada umumnya, tentang pentingnya kesehatan mental diri sendiri dan anak. Selain itu, kegiatan ini diharapkan mendorong praktik pengasuhan yang sehat, komunikatif, dan adaptif terhadap kebutuhan psikologis anak. Lebih jauh, seminar ini juga dimaksudkan untuk membangun jejaring

dukungan antara ibu, keluarga, dan lembaga lokal dalam menjaga kesehatan mental keluarga melalui pendekatan edukatif yang berkelanjutan.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Metode pelaksanaan program Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM) ini dilakukan melalui pendekatan pengabdian masyarakat yang bersifat partisipatif. Masyarakat dilibatkan secara langsung mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Tujuan dari program adalah untuk memberikan pemahaman akan pentingnya Kesehatan Mental Ibu dan Anak dalam parenting kepada masyarakat terutama ibu-ibu yang bertempat tinggal di Blok Benteng Desa Pegagan. Dengan pendekatan ini, program tidak hanya berorientasi pada penyampaian materi tetapi juga mendorong keterlibatan aktif peserta dalam setiap kegiatan. Adapun tahapan pelaksanaan program meliputi perencanaan kegiatan, koordinasi dengan mitra desa, pelaksanaan kegiatan inti, hingga monitoring dan evaluasi.

a. Tahapan perencanaan kegiatan

Kegiatan adalah fondasi dari seluruh program KPM (Kuliah Pengabdian Masyarakat). Pada tahap ini, anggota KPM melakukan identifikasi masalah yang mulai dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus 2025 dan kebutuhan di Desa Pegagan melalui diskusi bersama DPL Bapak Abu Lubaba, M.E., dan perwakilan masyarakat. Dari diskusi tersebut, memutuskan untuk mengadakan seminar parenting kesehatan mental ibu dan anak karena isu ini dianggap relevan dan penting. Setelah tujuan program ditetapkan, dilanjutkan dengan menyusun detail kegiatan secara rinci, termasuk menentukan narasumber yaitu Ibu Dosen Rizqi Isnaeni Fajri S.Pd., M. Psi., Psikolog dan Ibu Dosen Dr. Hj. Maemunah Mahmud, M.Si, serta membuat jadwal yang terstruktur untuk memastikan seminar berjalan efektif. Selain itu, mulai menyiapkan semua kebutuhan logistik seperti lokasi yang bertempat di MDTU Ar-Rohman, peralatan, dan bahan cetak yang diperlukan untuk kelancaran acara.

b. Koordinasi dengan mitra desa

Tahap koordinasi dengan mitra desa merupakan langkah penting untuk memastikan program berjalan selaras dengan kondisi dan kebutuhan lokal. Anggota KPM mengadakan pertemuan pada tanggal 5 Agustus 2025 dengan kepala desa, perangkat desa, dan tokoh masyarakat untuk memperkenalkan program seminar parenting ini. Tujuannya adalah untuk mendapatkan masukan, persetujuan, dan dukungan penuh dari pihak desa. Dengan kolaborasi ini, pemerintah desa akan membantu menyebarkan informasi seminar kepada masyarakat dan memfasilitasi perizinan. Pihak desa juga ikut

serta membantu mengidentifikasi calon sasaran peserta yaitu Masyarakat setempat, Kader PKK, Kader Posyandu, Calon Ibu atau wali yang mempunyai peran mendidik anak. Koordinasi yang erat ini memastikan menjadi inisiatif bersama yang didukung dan dimiliki oleh seluruh warga Desa Pegagan.

c. Pelaksanaan kegiatan inti

Pada tanggal 15 Agustus 2025 seminar parenting ini dilaksanakan. Seminar dimulai pukul 13.00 WIB yang diawali dengan doa bersama yang di pimpin oleh ketua KPM, setelah itu acara dilanjutkan dengan pemaparan materi yang disampaikan oleh Dr. Hj. Maemunah Mahmud, M.Si yang merupakan salah satu dosen fakultas Hukum UIBBC dan Rizqi Isnaeni Fajri, S.Pd., M.Psi, Psikolog yang merupakan salah satu dosen fakultas BKPI. Materi yang disampaikan adalah tentang Hukum Perlindungan Ibu dan Anak serta Kesehatan Mental Orang Tua dalam Mengasuh Anak untuk Menciptakan Keluarga yang Bahagia dan Tangguh.

d. Monitoring dan Evaluasi

Monotoring dan evaluasi (Monev) seminar dilakukan sebanyak dua kali dengan tujuan yang berbeda. Monev pertama dilakukan sebelum acara seminar oleh DPL dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana progress acara yang sudah disiapkan dan monev yang kedua dilakukan setelah acara oleh mahasiswa KPM untuk mengetahui tingkat keberhasilan apakah sesuai target yang sudah ditetapkan atau tidak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan mental orang tua memiliki peranan penting dalam membentuk pola asuh dan menciptakan lingkungan keluarga yang mendukung. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami depresi, kecemasan, atau stres cenderung kurang efektif dalam mengasuh anak, yang berdampak pada aspek emosional, kemampuan bersosialisasi, serta konsentrasi belajar anak. Dengan kata lain, kesehatan mental orang tua tidak bisa dianggap sebagai masalah pribadi semata, tetapi merupakan salah satu faktor utama yang menentukan kualitas perkembangan anak (Supratiwi, 2023).

Kesadaran akan hal ini sejalan dengan UU No. 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, yang menekankan kewajiban orang tua untuk mengasuh, memelihara, mendidik, dan melindungi anak agar perkembangannya dapat berjalan dengan baik. Berdasarkan kerangka tersebut, Program KPM Desa Pegagan mengadakan Seminar Parenting Kesehatan Mental Ibu dan Anak sebagai bentuk edukasi kepada masyarakat. Seminar ini menekankan pentingnya keseimbangan mental orang tua agar dapat menjadi teladan dalam pengelolaan emosi serta

menciptakan lingkungan rumah yang aman, nyaman, dan penuh kasih sayang (Arlayati & Ikhwan, 2025).

Upaya untuk menjaga kesehatan mental ibu dan anak bukanlah hal yang mudah, terutama ketika menghadapi berbagai tantangan sosial, ekonomi, dan dinamika keluarga yang kompleks. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami tingkat stres atau kecemasan tinggi lebih rentan untuk menerapkan pola asuh yang kurang tepat, yang pada akhirnya berdampak negatif pada perkembangan emosional, kemampuan interaksi sosial, dan konsentrasi belajar anak. Selain itu, ketidakseimbangan antara peran kerja dan keluarga, perbedaan gaya pengasuhan dengan pasangan, serta tekanan dari media sosial juga memperburuk kondisi psikologis orang tua. Situasi ini menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental tidak hanya mempengaruhi ibu, tetapi juga menghambat perkembangan anak secara keseluruhan (Amaliah et al., 2021).

Hal ini sejalan dengan amanat UU No. 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, yang mengharuskan orang tua untuk memberikan pengasuhan, pendidikan, dan perlindungan agar anak dapat berkembang dengan optimal. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua orang tua memiliki kapasitas atau dukungan yang cukup untuk menjaga kesehatan mental mereka. Oleh karena itu, Program KPM Desa Pegagan Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon menginisiasi Seminar Parenting Kesehatan Mental Ibu dan Anak sebagai bentuk pendampingan kepada masyarakat. Kegiatan ini memberikan strategi praktis seperti manajemen waktu, komunikasi terbuka dengan pasangan, dan membangun jaringan dukungan sosial.

Melalui program ini, diharapkan masyarakat Desa Pegagan semakin menyadari bahwa menjaga kesehatan mental bukan hanya kebutuhan pribadi, tetapi juga merupakan tanggung jawab moral, sosial, dan hukum dalam menciptakan lingkungan keluarga yang aman, bahagia, serta mendukung terwujudnya generasi yang tangguh di masa depan.

Tekanan mental yang dialami orang tua dapat dikenali melalui berbagai gejala fisik dan psikologis. Contohnya, mereka sering merasa lelah, mengalami gangguan tidur, dan mengalami penurunan konsentrasi dalam aktivitas sehari-hari. Secara emosional, orang tua sering menunjukkan kecemasan yang berlebihan, mudah marah, bahkan kehilangan minat terhadap hal-hal yang sebelumnya mereka nikmati. Fenomena ini dikenal sebagai stres pengasuhan, yaitu tekanan emosional yang muncul selama proses mendidik dan membesarkan anak. Jika tidak ditangani, stres yang berkepanjangan dapat berkembang menjadi gangguan mental serius, seperti depresi atau burnout, yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas interaksi dan pola asuh terhadap anak. Hal ini jelas berdampak pada terhambatnya pemenuhan

hak anak untuk tumbuh dalam lingkungan yang aman, sehat, dan penuh perhatian (Kevin Vitoasmara et al., 2024).

Untuk mencegah hal tersebut, orang tua perlu mengembangkan strategi untuk menjaga kesehatan mental secara berkelanjutan. Langkah-langkah sederhana seperti manajemen waktu, menjaga rutinitas sehat, dan mengatur pola istirahat yang cukup dapat membantu menjaga keseimbangan fisik dan mental. Selain itu, komunikasi yang terbuka dengan pasangan atau keluarga besar, serta mencari dukungan sosial dari lingkungan sekitar, terbukti efektif dalam mengurangi beban emosional. Program KPM Desa Pegagan juga mengedukasi masyarakat tentang pentingnya literasi kesehatan mental keluarga, sehingga orang tua dapat mengenali gejala awal stres dan mengelola emosi dengan lebih baik. Dengan demikian, strategi pribadi ini tidak hanya membantu menjaga kesehatan mental orang tua, tetapi juga berfungsi sebagai teladan bagi anak dalam menghadapi tekanan hidup.

Upaya untuk menjaga kesehatan mental tidak hanya bergantung pada strategi individu, tetapi juga memerlukan dukungan dari lembaga dan kerangka hukum yang jelas. Dalam hal ini, UU No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan menegaskan bahwa setiap warga negara berhak untuk hidup sehat dan sejahtera, baik secara fisik maupun mental. Ini berarti bahwa negara memiliki tanggung jawab untuk menyediakan layanan kesehatan jiwa yang mudah diakses oleh masyarakat, termasuk bagi orang tua yang menghadapi tekanan dalam pengasuhan. Hal ini semakin penting ketika dikaitkan dengan UU No. 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, yang menekankan kewajiban orang tua untuk mendampingi dan melindungi anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik (Lisma Nanda, 2025).

Dalam praktiknya, dukungan dari lembaga dapat diwujudkan melalui sekolah yang ramah anak, layanan konseling di lembaga pendidikan, serta fasilitas kesehatan jiwa yang tersedia di masyarakat. Kehadiran psikolog, pusat kesehatan mental, dan jaringan konseling di sekolah menjadi alat penting yang dapat membantu orang tua dalam mengelola tekanan psikologis. Dengan demikian, kesehatan mental tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga merupakan bagian dari sistem sosial dan kebijakan publik yang mendukung kesejahteraan keluarga.

Program KPM Desa Pegagan Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon berperan aktif dalam memperkuat pemahaman ini melalui Seminar Parenting Kesehatan Mental Ibu dan Anak. Kegiatan ini menekankan pentingnya sinergi antara upaya individu orang tua, dukungan keluarga, dan kebijakan pemerintah dalam menjaga kesehatan jiwa. Dengan edukasi dan pendampingan yang diberikan, masyarakat Desa Pegagan diharapkan dapat memahami bahwa kesehatan mental bukan hanya kebutuhan pribadi, tetapi juga merupakan tanggung jawab sosial

dan hukum. Integrasi antara upaya individu, dukungan sosial, dan perlindungan hukum ini menjadi dasar penting untuk memastikan anak tumbuh dalam lingkungan keluarga yang aman, bahagia, dan mendukung terciptanya generasi yang tangguh di masa depan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan seminar parenting yang dilaksanakan oleh mahasiswa KPM UI Bunga Bangsa Cirebon di Desa Pegagan, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental orang tua, khususnya ibu, memiliki peran krusial dalam membentuk kualitas pengasuhan anak. Melalui kegiatan ini, para peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menjaga kondisi psikologis diri, pengelolaan stres, serta praktik komunikasi yang sehat dalam keluarga. Seminar juga memberikan wawasan mengenai keterkaitan kesehatan mental dengan kewajiban hukum dalam perlindungan anak, sehingga orang tua semakin menyadari tanggung jawab moral, sosial, dan yuridis yang mereka emban.

Respon positif dari peserta menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan motivasi untuk menerapkan pola asuh yang lebih adaptif, penuh kasih, serta mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Dengan demikian, kegiatan ini bermanfaat tidak hanya bagi peningkatan kapasitas individu, tetapi juga bagi terbentuknya jejaring dukungan keluarga dan masyarakat desa dalam menciptakan lingkungan yang aman dan kondusif bagi anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Selain tujuh penulis utama yang tercantum, penelitian ini juga melibatkan bantuan dari: Iffah Karimah¹, Imroatul Azizah², Ghina Ayatillah Salsabila³, Ananda Vinca Ineztya⁴, Yayan Fitriyani⁵, Deratian Prima Aulia Putri K⁶, Iffan Nurcholis⁷, Ardiansyah⁸. Dukungan mereka dalam pengumpulan data, diskusi, serta penyusunan instrumen penelitian sangat berarti bagi keberhasilan artikel ini.

DAFTAR REFERENSI

- Ahmat, N. (2025). Tekankan pentingnya harmoni orang tua dalam mengasuh anak. *LDII Lampung*. <https://www.ldiilampung.or.id/tekankan-pentingnya-harmoni-orang-tua-dalam-mengasuh-anak/>
- Amaliah, A. R., Lalla, N. S. N., Suarniati, & Suriyanti. (2021). Tantangan kesehatan ibu dan anak di era digital. *Jurnal Sentra*, 2(1), 33–42. <https://ejournal.alfattah.ac.id/index.php/JS>

- Arlayati, A., & Ikhwan, I. (2025). Artikel penelitian. *Jurnal Perspektif*, 8(2), 187–199. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v8i2.1083>
- Destita, S., Maulida, I., & Wulandari, F. (2024). Fathering: Keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Indonesian Journal of Behavior (IJoB)*, 1(1), 25–32. <https://ukinstitute.org/journals/ib/article/view/868>
- Eprilia, W., Syarifuddin, S., Arneta, M., Indriani, F. D., Anggraini, M., Yuliandari, V., & Irawati, E. (2023). Pendampingan program parenting pada ibu rumah tangga di Desa Mariana, Kecamatan Banyuasin. *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(2), 56–66. <https://doi.org/10.55606/jppmi.v2i2.370>
- Haetin, N., Yusro, A. C., & Pujiyanto, A. (2024). Seminar parenting: Meningkatkan pemahaman orang tua di era digital. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(2), 101–109. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i7.1257>
- Lee, S. J., McLanahan, S., & Brooks-Gunn, J. (2020). Mothers' and fathers' parenting stress, responsiveness, and child wellbeing among low-income families. *Journal of Marriage and Family*, 82(2), 442–458. <https://doi.org/10.1111/jomf.12605>
- Liriwati, F. Y., Mulyadi, Ilyas, M., Syahid, A., & Kafrawi. (2022). Pendampingan pelatihan parenting pada kelompok ibu rumah tangga di Desa Kuala Sebatu Kabupaten Inhil Riau. *Safari: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 104–110. <https://doi.org/10.56910/safari.v3i1.348>
- Masarik, A. S., & Conger, R. D. (2017). Stress and child development: A review of the family stress model. *Current Opinion in Psychology*, 13, 85–90. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.008>
- Maulana, A., Rizqi, F., & Syarif, R. (2024). Seminar parenting: Upaya meningkatkan peran ayah dalam pengasuhan anak di Desa Tanjunganom. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JPM)*, 5(1), 55–63. <https://pkm.lpkd.or.id/index.php/JPM/article/view/462>
- Mulyana, A., Syifaузakia, S., & Wahyudi, A. V. (2022). Pendampingan kesehatan mental ibu dalam mendidik anak usia dini melalui art therapy. *Abdimas Galuh*, 4(2), 67–74.
- Nanda, L. N. (2025). Peran keluarga dalam meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental. *Journal Innovation in Education*, 3(1), 54–56. <https://doi.org/10.59841/inoved.v3i1.2064>
- Supratiwi, W. E. (2023). Analisis dampak kesehatan mental ibu terhadap perkembangan psikologis anak usia dini (studi kasus ibu-ibu wali murid TK Indrakila Desa Jatimalang Arjosari Pacitan). *Jurnal Sentra: Kajian Teori dan Praktik Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 45–51. <https://ejournal.alfattah.ac.id/index.php/JS>
- Suryadi, E., Kusumawati, D., & Yulianti, R. (2021). Positive parenting: Strategi penguatan peran orang tua melalui seminar interaktif. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi UNTAR*, 6, 88–95. <https://journal.untar.ac.id/index.php/PSERINA/article/view/17600>
- Vitoasmara, K., Saputri, M. E., Larasati, N., Putri, N. K., Ratnawati, O., & Dewi, L. D. A. (2024). Parenting stres ibu bekerja pada kesehatan mental anak. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 2(4), 15–26. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v2i4.1561>