

Psikoedukasi Stres Anak untuk Orang Tua: Penguatan Dukungan Emosional dalam Lingkungan Keluarga

Jelang Hardika¹, Martaria Rizky Rinaldi²

Universitas Mercu Buana Yogyakarta
jelang.hardika@mercubuana-yogya.ac.id¹

Article Info

Volume 3 Issue 4
December 2025

DOI :
10.30762/welfare.v3i4.3008

Article History

Submission: 18-11-2025
Revised: 22-12-2025
Accepted: 23-12-2025
Published: 24-12-2025

Keywords:

Love, Parental Support,
Learning Motivation

Kata Kunci:

cinta orang tua, dukungan
emosional, motivasi
belajar, anak usia dini



Copyright © 2025 Jelang Hardika,
Martaria Rizky Rinaldi

Welfare: Jurnal Pengabdian
Masyarakat is licensed under a Creative
Commons Attribution-Share Alike 4.0
International License.

Abstract

Efforts to enhance responsive parenting literacy are increasingly essential, given the high prevalence of stress among children and the influential role of parental psychological conditions and caregiving quality. This community service program aimed to provide psychoeducation for parents affiliated with the Yogyakarta City Library and Archives Office regarding childhood stress, its contributing factors, behavioral indicators, and positive parenting-based coping strategies. The program was delivered online via Zoom and consisted of a pretest, material presentation, discussion session, and posttest. A total of 36 parents completed the pretest and 30 completed the posttest. Results indicated a notable increase in participants' knowledge scores, demonstrating improved parental understanding of childhood stress and adaptive responses. These findings align with prior studies showing that psychoeducation enhances parenting knowledge, skills, and parental confidence. The program not only raised awareness of stress indicators in children but also strengthened parents' capacities in providing a more supportive caregiving environment.

Abstrak

Upaya peningkatan literasi pengasuhan yang responsif menjadi semakin penting karena tingginya stres pada anak yang dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan kualitas pengasuhan orang tua. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan psikoedukasi kepada orang tua binaan Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta mengenai konsep stres pada anak, faktor pemicu, tanda-tanda perilaku, serta strategi penanganan berbasis pengasuhan positif. Kegiatan dilaksanakan secara daring melalui Zoom dan melibatkan tahap pretest, penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan posttest. Sebanyak 36 peserta mengikuti pretest dan 30 mengikuti posttest. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan setelah psikoedukasi, yang mengindikasikan bertambahnya pemahaman orang tua mengenai stres pada anak serta cara meresponsnya secara adaptif. Peningkatan ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa psikoedukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan serta menurunkan stres orang tua. Program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran orang tua tentang tanda-tanda stres anak, tetapi juga memperkuat kapasitas mereka dalam menyediakan lingkungan pengasuhan yang lebih suportif.

1. PENDAHULUAN

Stres pada anak merupakan isu penting dalam perkembangan psikologis yang memengaruhi kesejahteraan emosional maupun kesehatan jangka panjang. Studi menunjukkan bahwa paparan stres kronis pada anak dapat berdampak pada sistem neurologis, imunologis, metabolik, dan fisiologis sehingga menjadikannya sebagai masalah multidimensional yang perlu mendapatkan perhatian serius (Condon, 2018). Dalam banyak kasus, stres pada anak sering sulit dikenali karena manifestasinya tidak selalu terlihat jelas oleh orang dewasa. Konsep stres yang dirasakan anak sendiri sangat beragam, melibatkan ancaman nyata maupun imajiner yang mampu mengganggu keseimbangan emosi, perilaku, dan fisiologis (Davis & Soistmann, 2022).

Variasi definisi, klasifikasi, dan gejala stres pada anak menunjukkan kompleksitasnya sebagai fenomena psikologis. Penelitian menyebutkan bahwa anak dapat menunjukkan tanda-tanda seperti sakit kepala, kelelahan, jantung berdebar, rasa takut, atau kesedihan sebagai respons terhadap stres harian (Valizadeh et al., 2012). Kompleksitas ini diperkuat oleh ulasan literatur yang menegaskan bahwa stress pada anak—baik pada masa infancy hingga usia 12 tahun—dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan lingkungan, serta diukur melalui pendekatan fisiologis, perilaku, maupun observasional (Lynch et al., 2022).

Tekanan perkembangan pada anak meningkat pesat selama dan setelah pandemi COVID-19. Kekhawatiran kesehatan, perubahan rutinitas, pembelajaran jarak jauh, serta keterbatasan interaksi sosial berkontribusi terhadap peningkatan gejala kecemasan, depresi, gangguan tidur, dan stres pascatrauma pada anak dan remaja (Ma et al., 2021). Kondisi ini menegaskan perlunya dukungan emosional dari keluarga, khususnya orang tua, sebagai faktor protektif utama.

Dalam kehidupan keluarga, keterlibatan orang tua berperan besar dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak. Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa keterlibatan tersebut dapat meningkatkan kualitas hidup anak, bahkan ketika keluarga menghadapi tekanan selama pandemi (Mocho et al., 2024). Namun, keterlibatan yang optimal sering terhambat oleh stres pengasuhan. Perspektif Family Stress Model menunjukkan bahwa tekanan dalam keluarga memengaruhi kualitas pengasuhan dan pada akhirnya berdampak pada perkembangan fisik, emosional, dan kognitif anak (Masarik & Conger, 2016). Hal ini sejalan dengan temuan bahwa stres orang tua berkaitan erat dengan meningkatnya masalah internalisasi (kecemasan, kesedihan) dan perilaku eksternalisasi pada anak (Ribas et al., 2024), serta dapat memengaruhi persepsi orang tua terhadap kompetensi anak dan kesiapan sekolah (Soltis et al., 2013).

Mengacu pada bukti tersebut, psikoedukasi bagi orang tua menjadi pendekatan strategis. Program psikoedukasi terbukti mampu menurunkan stres pengasuhan dan meningkatkan pemahaman orang tua tentang kebutuhan perkembangan anak (Patra et al., 2015). Intervensi berbasis keterampilan juga diidentifikasi dapat menurunkan indeks stress pengasuhan dan memperbaiki relasi orang tua-anak (Kalalo et al., 2021). Meskipun beberapa program pencegahan universal belum menunjukkan penurunan stres yang signifikan dalam jangka pendek, orang tua tetap menilai psikoedukasi sebagai sumber informasi yang bermanfaat untuk mempersiapkan proses pengasuhan (Missler et al., 2020).

Dalam pengabdian masyarakat ini, orang tua binaan Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta merupakan kelompok yang menunjukkan komitmen tinggi terhadap literasi keluarga, namun masih memerlukan penguatan kapasitas dalam mengenali dan merespons stres pada anak secara tepat. Setelah masa pandemi, banyak orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan yang lebih kompleks sehingga membutuhkan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi emosional anak. Oleh karena itu, psikoedukasi ini dirancang untuk meningkatkan literasi psikologis orang tua mengenai stres pada anak, mengenali gejala-gejalanya, serta mengembangkan strategi dukungan emosional yang adaptif di lingkungan keluarga.

Program pengabdian masyarakat ini diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga memberdayakan orang tua agar mampu menciptakan pola pengasuhan yang suportif dan kondusif bagi tumbuh kembang anak. Dengan meningkatkan kapasitas orang tua, intervensi ini berpotensi menurunkan risiko masalah emosional anak dan memperkuat fungsi keluarga, sesuai dengan tujuan penguatan ketahanan keluarga dan literasi masyarakat yang diinisiasi oleh Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan penyuluhan psikoedukatif yang dilaksanakan secara daring melalui platform Zoom Meeting. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik program nonformal yang bertujuan meningkatkan kapasitas orang tua dalam bidang pengasuhan dan kesehatan psikologis anak. Kegiatan dirancang dengan dasar pengembangan sumber daya manusia, khususnya peningkatan literasi psikologis keluarga sebagai bagian dari pembangunan manusia dan daya saing bangsa (Zunaidi, 2025).

Peserta kegiatan direkrut oleh Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta sebagai mitra pengabdian. Rekrutmen dilakukan melalui pengumuman internal dan jejaring komunitas binaan, dengan sasaran orang tua yang memiliki anak usia sekolah. Seluruh pelaksanaan kegiatan menggunakan bahasa Indonesia dan dipandu oleh pemateri yang memiliki kompetensi di bidang psikologi perkembangan dan kesehatan mental anak.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam satu sesi psikoedukasi berdurasi ±90 menit dan mencakup empat tahapan utama, yaitu pre-test, penyampaian materi psikoedukasi, sesi tanya jawab, dan post-test. Pada tahap pre-test, peserta diminta mengisi instrumen sederhana untuk mengukur pengetahuan awal tentang stres pada anak, tanda-tandanya, dan cara penanganan

yang tepat. Setelah itu, pemateri menyampaikan materi inti yang meliputi pengertian stres pada anak, faktor penyebab, gejala emosional dan fisik, dampak jangka pendek dan jangka panjang, serta strategi orang tua dalam memberikan dukungan yang adaptif. Materi disampaikan secara interaktif dengan contoh kasus dan ilustrasi visual untuk memudahkan pemahaman peserta.

Sesi tanya jawab kemudian dilaksanakan untuk memberikan kesempatan bagi peserta mengklarifikasi pengalaman pribadi, tantangan pengasuhan, serta memperoleh rekomendasi praktis dari pemateri. Kegiatan ditutup dengan pelaksanaan post-test yang menggunakan instrumen yang sama dengan pre-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta setelah psikoedukasi. Data pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk melihat peningkatan pemahaman peserta sebagai salah satu indikator keberhasilan kegiatan. Metodologi penyuluhan dalam pengabdian ini sejalan dengan prinsip community-based education, di mana proses pemberdayaan dilakukan melalui peningkatan kapasitas individu dan keluarga untuk mengenali serta menangani masalah kesehatan psikologis anak secara mandiri. Pendekatan daring dipilih untuk memastikan keterjangkauan layanan, memungkinkan partisipasi orang tua yang memiliki keterbatasan waktu, dan menjaga keberlanjutan program literasi keluarga yang diinisiasi oleh mitra.

Gambar 1 menunjukkan alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dimulai dari identifikasi mitra dan rekrutmen peserta oleh Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta, dilanjutkan dengan pelaksanaan psikoedukasi daring melalui Zoom. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran pre-test dan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta mengenai stres pada anak.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Psikoedukasi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi diikuti oleh total 36 orang tua pada tahap pre-test dan 30 orang tua pada tahap post-test. Dari jumlah tersebut, terdapat 27 partisipan yang mengikuti kedua tahapan evaluasi. Seluruh peserta merupakan orang tua binaan Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta yang aktif dalam program literasi dan pembinaan keluarga.

Nilai pre-test menunjukkan tingkat pengetahuan awal peserta mengenai stres pada anak. Nilai yang diperoleh berkisar antara 50 hingga 100, dengan rata-rata 74,05. Sebaran nilai menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori cukup, yaitu pada rentang 70–80. Sebanyak 10 peserta memiliki nilai rendah (50–60), yang mengindikasikan minimnya pemahaman awal mengenai gejala stres anak. Sementara itu, 9 peserta berada pada kategori tinggi (90–100), menunjukkan bahwa sebagian kecil peserta telah memiliki literasi psikologis lebih baik sebelum kegiatan dilakukan.

Setelah mengikuti psikoedukasi, nilai post-test meningkat secara signifikan. Nilai berkisar antara 70 hingga 100, dengan rata-rata 93,33. Sebaran nilai menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori baik hingga sangat baik setelah intervensi. Sebanyak 24 peserta memperoleh nilai 90–100, dan hanya 6 peserta yang memperoleh nilai 70–80. Tidak ada peserta yang memperoleh nilai di bawah 70 pada post-test.

Analisis lebih rinci dilakukan terhadap 27 partisipan yang mengikuti kedua tahap evaluasi. Rata-rata pre-test pada kelompok ini adalah 73,70, sedangkan rata-rata post-test mencapai 94,07, sehingga terdapat peningkatan rata-rata sebesar 20,37 poin. Distribusi perubahan nilai menunjukkan bahwa: 8 peserta mengalami peningkatan ≥ 25 poin, 12 peserta mengalami peningkatan 15–24 poin, 7 peserta mengalami peningkatan 5–14 poin, dan Tidak ada peserta yang mengalami penurunan nilai.

Kelompok dengan skor awal rendah (50–60) menunjukkan peningkatan paling signifikan, dengan rata-rata kenaikan sebesar 33 poin. Sementara itu, kelompok nilai menengah (70–80) mengalami peningkatan rata-rata sebesar 15 poin, dan kelompok nilai tinggi (90–100) mengalami peningkatan rata-rata sebesar 5 poin. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi memberikan manfaat paling besar bagi peserta dengan tingkat pengetahuan awal yang lebih rendah.

Distribusi nilai pre-test menunjukkan persebaran yang cukup lebar, menandai variasi tingkat pengetahuan awal peserta. Sebaliknya, distribusi nilai post-test cenderung mengerucut pada rentang nilai tinggi, menunjukkan peningkatan homogen pada pemahaman peserta. Perubahan pola distribusi ini menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam menyampaikan informasi kepada peserta dengan tingkat literasi awal yang beragam.

Peningkatan skor paling konsisten ditemukan pada peserta yang hadir penuh dan aktif dalam sesi tanya jawab, menunjukkan bahwa keterlibatan aktif berkorelasi dengan pemahaman yang lebih baik.

Hasil psikoedukasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test. Rata-rata nilai peserta meningkat sekitar 20 poin, dengan sebagian besar peserta mencapai skor sempurna pada post-test. Temuan ini mengindikasikan bahwa psikoedukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman orang tua mengenai stres pada anak, tanda-tandanya, serta strategi penanganan yang sesuai. Peningkatan terjadi pada seluruh kelompok kemampuan awal – baik peserta yang sebelumnya memiliki nilai rendah (50–60), kategori sedang (70–80), maupun kelompok dengan pengetahuan relatif tinggi (90–100). Hal tersebut memperlihatkan bahwa materi psikoedukasi mampu menjangkau peserta dengan tingkat literasi psikologis yang beragam.

Secara teoretis, peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan literatur mengenai pentingnya pemahaman orang tua terhadap stres anak. Anak sering kali mengekspresikan stres melalui perilaku yang sulit diinterpretasikan, seperti perubahan suasana hati, keluhan fisik, atau penarikan diri sosial (Condon, 2018). Banyak orang tua yang tidak menyadari bahwa perilaku tersebut merupakan manifestasi stres, sehingga respons yang diberikan tidak selalu tepat. Psikoedukasi berfungsi menutup kesenjangan pemahaman tersebut dengan menyediakan pengetahuan berbasis bukti serta panduan praktis dalam merespons kebutuhan emosional anak.

Temuan ini juga sejalan dengan konsep Family Stress Model, yang menekankan bahwa kualitas interaksi dan respons emosional orang tua berperan sebagai faktor protektif terhadap perkembangan anak (Masarik & Conger, 2016). Ketika orang tua memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai stres pada anak, mereka cenderung lebih peka, responsif, dan hangat dalam menghadapi situasi penuh tekanan, sehingga mampu mencegah eskalasi masalah emosional anak.



Gambar 2. Penyampaian Materi Kegiatan

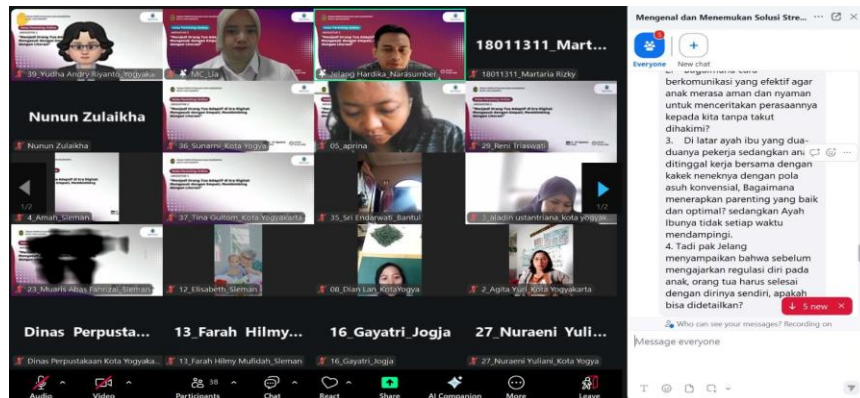
Selain meningkatkan pemahaman tentang stres pada anak, psikoedukasi juga berpotensi mengurangi stres pengasuhan. Peningkatan literasi psikologis membuat orang tua merasa lebih kompeten dan memiliki kontrol yang lebih baik dalam pengasuhan sehari-hari. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa psikoedukasi dapat mengurangi beban emosional orang tua dan meningkatkan kesejahteraan mereka (Patra et al., 2015; Tessier et al., 2023). Meskipun program ini berbentuk sesi tunggal dan tidak mengukur beban stres secara langsung, peningkatan pengetahuan kognitif merupakan langkah awal menuju pengasuhan yang lebih adaptif.

Dari sisi media intervensi, psikoedukasi dilakukan secara daring melalui Zoom. Hasil temuan memperlihatkan bahwa pembelajaran sinkron menggunakan Zoom tetap efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Hal ini sejalan dengan temuan Carmi (2024), yang menunjukkan bahwa pengalaman sebelumnya dengan e-learning dan fleksibilitas Zoom turut berkontribusi pada efektivitas pembelajaran, terutama dalam aspek pemahaman, keterlibatan, dan motivasi belajar. Rendahnya hambatan teknologi serta kemudahan akses memungkinkan peserta terlibat aktif dalam sesi psikoedukasi, yang tercermin dari tingginya skor post-test.

Studi lain juga menunjukkan bahwa pembelajaran sinkron melalui Zoom menyediakan social presence yang lebih kuat, memungkinkan terjadinya interaksi yang meningkatkan pemahaman dan evaluasi diri peserta (Zhang et al., 2022). Kehadiran fasilitator secara langsung dalam ruang digital membuat peserta dapat bertanya, berdiskusi, dan memperoleh klarifikasi instan yang merupakan suatu komponen penting dalam proses belajar tentang isu sensitif seperti kesehatan mental anak.

Secara khusus, pembelajaran berbasis video conference terbukti efektif ketika peserta memiliki persepsi positif terhadap kemudahan penggunaan (*perceived ease of use*) dan kemanfaatan (*perceived usefulness*). Bailey et al. (2022) menemukan bahwa kemudahan penggunaan Zoom memengaruhi sikap, keterlibatan, dan hasil belajar yang dilaporkan peserta. Hal ini relevan dengan konteks kegiatan ini, di mana mayoritas peserta sudah familiar dengan Zoom melalui berbagai kegiatan pascapandemi, sehingga proses belajar berlangsung dengan lancar.

Perbandingan nilai pre-post test menunjukkan bahwa kelompok dengan nilai awal rendah mengalami peningkatan yang paling signifikan. Hal ini menandakan bahwa psikoedukasi memainkan peran penting dalam menjangkau orang tua yang sebelumnya memiliki keterbatasan pemahaman mengenai stres anak. Kelompok dengan nilai menengah dan tinggi juga mengalami peningkatan, walaupun tidak sebesar kelompok rendah; hal ini menunjukkan adanya penguatan dan pendalaman konsep yang bermanfaat bagi semua peserta.



Gambar 3. Sesi Tanya Jawab

Temuan ini sesuai dengan kondisi pascapandemi saat ini, di mana berbagai studi menunjukkan peningkatan masalah emosi dan stres pada anak (Ma et al., 2021). Orang tua berada pada posisi strategis untuk melakukan deteksi dini masalah emosional, sehingga peningkatan pengetahuan mereka memiliki implikasi penting bagi kesehatan mental anak jangka panjang.

Namun, kegiatan ini juga memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, tidak semua peserta mengisi pre dan post-test secara lengkap sehingga terdapat attrition pada data. Kedua, evaluasi keberhasilan hanya berdasarkan aspek kognitif (pengetahuan), belum mencakup aspek afektif dan perilaku pengasuhan. Ketiga, waktu psikoedukasi yang terbatas membuat sesi belum dapat mengeksplorasi praktik langsung atau skills training terkait respons adaptif terhadap stres anak.

Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi singkat yang dilakukan secara daring tetap efektif dan memiliki potensi besar untuk dikembangkan lebih lanjut. Kegiatan ini dapat dijadikan model bagi Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta untuk program literasi keluarga, terutama yang berfokus pada isu kesehatan mental. Integrasi psikoedukasi rutin, modul daring, dan pendampingan lanjutan dapat meningkatkan dampak program secara lebih luas dan berkelanjutan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan psikoedukasi yang diberikan kepada orang tua binaan Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai stres pada anak, termasuk pemahaman tentang tanda-tanda stres serta strategi penanganan yang tepat. Efektivitas tersebut tercermin dari peningkatan skor rata-rata post-test dibandingkan pre-test pada sebagian besar peserta, yang menunjukkan adanya perubahan pengetahuan yang bermakna setelah mengikuti psikoedukasi. Temuan ini menegaskan bahwa psikoedukasi singkat berbasis daring melalui platform Zoom mampu menjangkau orang tua dengan latar belakang pengetahuan yang beragam dan secara signifikan meningkatkan literasi psikologis mereka. Peningkatan pemahaman orang tua memiliki makna penting karena menjadi fondasi dalam membangun pola pengasuhan yang lebih responsif, peka, dan adaptif terhadap kebutuhan emosional anak, sekaligus mendukung upaya deteksi dini terhadap stres anak dalam konteks keluarga. Selain itu, pelaksanaan psikoedukasi secara sinkron melalui Zoom terbukti layak dan efektif sebagai alternatif metode edukasi keluarga yang fleksibel, mudah diakses, dan relevan dengan kebutuhan masyarakat saat ini. Oleh karena itu, kegiatan ini memiliki implikasi praktis bagi pengembangan layanan literasi keluarga berbasis digital. Ke depan, program psikoedukasi serupa direkomendasikan untuk dikembangkan secara berkelanjutan dengan topik lanjutan serta dilengkapi dengan evaluasi dampak pada perubahan perilaku pengasuhan dan kesejahteraan emosional anak guna memperkuat keberlanjutan dan efektivitas intervensi.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Kota Yogyakarta yang telah menjadi mitra pelaksana serta menyediakan akses kepada para orang tua binaan sehingga kegiatan psikoedukasi ini dapat berlangsung dengan baik. Penulis juga berterima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mercu Buana Yogyakarta) atas dukungan pendanaan melalui hibah pengabdian masyarakat yang memungkinkan terlaksananya seluruh rangkaian kegiatan ini. Dukungan berbagai pihak tersebut sangat berperan dalam keberhasilan program psikoedukasi bagi orang tua terkait stres pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Bailey, D. R., Almusharraf, N., & Almusharraf, A. (2022). Video conferencing in the e- learning context: explaining learning outcome with the technology acceptance model. *Education and Information Technologies*, 27(6), 7679–7698. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-10949-1>
- Carmi, G. (2024). E-Learning using zoom: A study of students' attitude and learning effectiveness in higher education. *Heliyon*, 10(11), e30229. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e30229>
- Condon, E. M. (2018). Chronic Stress in Children and Adolescents: A Review of Biomarkers for Use in Pediatric Research. *Biological Research for Nursing*, 20(5), 473–496. <https://doi.org/10.1177/1099800418779214>
- Davis, S. L., & Soistmann, H. C. (2022). Child's perceived stress: A concept analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 67, 15–26. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.07.013>
- Hasbi, H., & Wahrini, R. . (2023). Pelatihan Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Metode Ice Breaking di SDN 32 Bacukiki, Pare Pare, Sulawesi Selatan. *Welfare : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 144–148. <https://doi.org/10.30762/welfare.v1i1.365>
- Kalalo, R. T., Yuniar, S., & Ariyanto, F. C. (2021). Effect of parental skills-based psychoeducation intervention on parental stress index and severity of children with autism spectrum disorders: A pilot study. *Annals of Medicine and Surgery*, 70, 102873. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2021.102873>
- Luklukaningsih, Z., & Uningowati, D. W. (2025). Cinta dan Dukungan Orang Tua Sebagai Energi Motivasi Belajar Anak Usia Dini di RA Gumulan Klaten. *Welfare : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 727–733. <https://doi.org/10.30762/welfare.v3i4.2974>
- Lynch, T., Davis, S. L., Johnson, A. H., Gray, L., Coleman, E., Phillips, S. R., Soistmann, H. C., & Rice, M. (2022). Definitions, theories, and measurement of stress in children. *Journal of Pediatric Nursing*, 66, 202–212. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.07.008>
- Ma, L., Mazidi, M., Li, K., Li, Y., Chen, S., Kirwan, R., Zhou, H., Yan, N., Rahman, A., Wang, W., & Wang, Y. (2021). Prevalence of mental health problems among children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 293, 78–89. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.021>
- Masarik, A. S., & Conger, R. D. (2016). 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>
- Missler, M., Van Straten, A., Denissen, J., Donker, T., & Beijers, R. (2020). Effectiveness of a psycho-educational intervention for expecting parents to prevent postpartum parenting stress, depression and anxiety: a randomized controlled trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 658. <https://doi.org/10.1186/s12884-020-03341-9>
- Mocho, H., Martins, C., Santos, R. D., & Nunes, C. (2024). Parental Involvement and Stress in Children's Quality of Life: A Longitudinal Study with Portuguese Parents during the COVID-19 Pandemic Period. *Children*, 11(4), 440. <https://doi.org/10.3390/children11040440>
- Patra, S., Arun, P., & Chavan, B. S. (2015). Impact of psychoeducation intervention module on parents of children with autism spectrum disorders: A preliminary study. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, 06(04), 529–535. <https://doi.org/10.4103/0976-3147.165422>
- Ribas, L. H., Montezano, B. B., Nieves, M., Kampmann, L. B., & Jansen, K. (2024). The role of parental stress on emotional and behavioral problems in offspring: a systematic review with meta-analysis. *Jornal De Pediatria*, 100(6), 565–585. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2024.02.003>

- Saputri, L. ., Mardiaty, M., Sitepu, D. R. B. ., Susilawati, E. ., Ningsih, Y., Ayumi, N., & Siregar, Z. A. D. (2023). Pendampingan Belajar pada Anak Usia Sekolah Dasar untuk Meningkatkan Prestasi dan Motivasi Belajar di Desa Tanjung Putus, Padang Tualang, Langkat, Sumatera Utara. *Welfare : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 92–98. <https://doi.org/10.30762/welfare.v1i1.344>
- Soltis, K., Davidson, T. M., Moreland, A., Felton, J., & Dumas, J. E. (2013). Associations Among Parental Stress, Child Competence, and School-Readiness: Findings from the PACE Study. *Journal of Child and Family Studies*, 24(3), 649–657. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9875-2>
- Siregar, A. U., Lubis, D. I. D., Isnaini Nur Azhara, Khayru Aqillah, Mhd Rahmad Ramadhan, & Pardosi, W. (2023). Sosialisasi dan Pelatihan Guna Meningkatkan Motivasi Belajar dan Minat Berwirausaha di Lingkungan Pelajar Pada Panti Asuhan Ar-Rahman Medan. *Welfare : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 111–115. <https://doi.org/10.30762/welfare.v1i1.336>
- Tessier, A., Roger, K., Gregoire, A., Desnavailles, P., & Misdrahi, D. (2023). Family psychoeducation to improve outcome in caregivers and patients with schizophrenia: a randomized clinical trial. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1171661. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1171661>
- Valizadeh, L., Farnam, A., & Farshi, M. R. (2012). Investigation of Stress Symptoms among Primary School Children. *PubMed*, 1(1), 25–30. <https://doi.org/10.5681/jcs.2012.004>
- Zhang, R., Bi, N. C., & Mercado, T. (2022). Do zoom meetings really help? A comparative analysis of synchronous and asynchronous online learning during Covid-19 pandemic. *Journal of Computer Assisted Learning*, 39(1), 210–217. <https://doi.org/10.1111/jcal.12740>
- Zunaidi, A. (2024). *Metodologi Pengabdian Kepada Masyarakat Pendekatan Praktis untuk Memberdayakan Komunitas*. Yayasan Putra Adi Dharma.