

**PENGUATAN KOMPETENSI ORANG TUA MELALUI PROGRAM PARENTING
“MEMBERSAMAI ANAK DENGAN BERKUALITAS SECARA PSIKIS”**

**STRENGTHENING PARENTAL COMPETENCE THROUGH THE PARENTING
PROGRAM “ACCOMPANYING CHILDREN WITH PSYCHOLOGICAL QUALITY”**

Wahyu Aulizalsini Alurmei^{1*}, Nurwahyuni Nasir², Yunisa Larasati³

^{1,2,3} Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi, Indonesia

*Wahyu.aulia@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak: Kesehatan psikis anak bergantung pada kualitas kehadiran orang tua, bukan sekadar pemenuhan kebutuhan material semata. Namun, sebagian orang tua masih berfokus pada hasil akhir kegiatan anak sehingga proses belajar dan sisi emosional anak kurang mendapat perhatian yang memadai. Kegiatan pengabdian ini bertujuan menguatkan kompetensi psikologis orang tua dalam mendampingi anak melalui program parenting bertajuk “Membersamai Anak dengan Berkualitas secara Psikis”. Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode psikoedukasi partisipatif yang meliputi pemaparan materi oleh psikolog, sesi diskusi dan tanya jawab, serta refleksi bersama. Peserta kegiatan adalah orang tua yang tergabung dalam komunitas mitra, dan pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, serta transkrip tanya jawab selama kegiatan berlangsung. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai pentingnya kegiatan bermakna bersama anak, penerapan kalimat positif dalam komunikasi, tiga peran orang tua saat mendampingi anak, serta cara membedakan perubahan perilaku anak yang normal dengan perubahan yang mengindikasikan trauma psikologis. Peserta juga memperoleh pemahaman baru mengenai pola asuh lintas generasi dan pentingnya memaafkan diri sendiri maupun orang lain dalam proses pengasuhan. Dengan demikian, program parenting ini efektif dalam meningkatkan kompetensi psikologis orang tua serta mendukung terciptanya pengasuhan yang lebih reflektif dan berorientasi pada kesejahteraan psikis anak.

Kata Kunci: kompetensi orang tua, parenting, kesehatan psikis anak

Abstract: Children's psychological well-being depends on the quality of parental presence rather than the mere fulfillment of material needs. However, many parents still focus on children's final results, so the learning process and the emotional aspects of children receive insufficient attention. This community service activity aims to strengthen parents' psychological competence in accompanying their children through a parenting program entitled “Accompanying Children with Psychological Quality.” The activity was carried out using a participatory psychoeducation method comprising material delivery by a psychologist, a discussion and question-and-answer session, and a joint reflection. The participants were parents affiliated with the partner community, and data were collected through observation, documentation, and transcripts of the question-and-answer session. The results indicate that participants experienced an increase in understanding regarding the importance of meaningful shared activities with children, the use of positive sentences in communication, the three parental roles during accompaniment, and how to distinguish normal behavioral changes from those indicating psychological trauma. Participants also gained new understanding of cross-generational parenting patterns and the importance of self-forgiveness and forgiving others in the parenting process. Thus, this parenting program is effective in enhancing parents' psychological competence and in fostering more reflective parenting oriented toward children's psychological well-being.

Keywords: parental competence, parenting, children's psychological well-being

Article History:

Received	Revised	Published
27 Mei 2026	10 Juli 2026	15 Juli 2026

Pendahuluan

Setiap anak membutuhkan kehadiran orang tua yang berkualitas secara psikis agar ia dapat tumbuh menjadi pribadi yang mandiri dan percaya diri. Kehadiran orang tua tidak hanya diwujudkan melalui pemenuhan kebutuhan fisik dan material, tetapi juga melalui kualitas interaksi emosional yang terjalin dalam kegiatan sehari-hari (Aulia et al., 2022). Toyyibah et al. (2025) menyatakan bahwa gaya pengasuhan orang tua memberikan pengaruh langsung terhadap perkembangan psikologi sosial anak, baik pada aspek kemandirian, kepercayaan diri, maupun keterampilan sosialnya.

Realitas di lapangan menunjukkan bahwa sebagian orang tua masih berorientasi pada hasil akhir kegiatan anak dan belum sepenuhnya memberi ruang bagi anak untuk belajar dari proses (Putri et al., 2022). Pola komunikasi yang berlebihan mengkritik detail hasil karya anak, misalnya, dapat menurunkan rasa percaya diri dan menghambat keberanian anak dalam mencoba hal baru. Sebaliknya, kalimat positif yang menekankan apresiasi terhadap usaha anak terbukti mendukung perkembangan psikis dan emosional anak secara lebih optimal (Saniah, 2025). Komunikasi orang tua yang suportif juga berkontribusi terhadap peningkatan kepercayaan diri anak usia dini (Lestari & Anifah, 2021).

Aktivitas bersama antara orang tua dan anak, seperti kegiatan mewarnai, terbukti berperan penting dalam menstimulasi motorik halus, konsentrasi, dan ekspresi kreatif anak usia dini. Kegiatan mewarnai juga menjadi sarana bagi anak untuk melatih kemandirian dan kepercayaan diri karena hasil karya dikerjakan oleh anak itu sendiri tanpa bantuan penuh dari pendamping (Parman & Wahyuni, 2024). Dengan demikian, aktivitas sederhana yang dilakukan secara rutin dan bermakna dapat menjadi fondasi bagi kedekatan psikis antara orang tua dan anak (Saadah et al., 2023).

Tantangan lain yang dihadapi orang tua saat ini adalah perbedaan pola asuh antargenerasi. Orang tua generasi milenial dan generasi Z menghadapi karakteristik anak generasi Alfa yang tumbuh di tengah kemajuan teknologi digital, sehingga pola asuh yang diterapkan perlu disesuaikan dengan kebutuhan zaman tanpa harus menegasikan nilai-nilai pengasuhan yang diwariskan oleh generasi sebelumnya (Saman & Hidayati, 2023). Pola asuh yang diterima orang tua pada masa kecilnya juga turut memengaruhi cara mereka mengasuh anak pada masa kini, sehingga kesadaran terhadap pola asuh lintas generasi menjadi penting untuk dibangun (Wirastania et al., 2024).

Pengalaman traumatis pada masa kanak-kanak dapat memunculkan respons emosional tertentu di kemudian hari melalui mekanisme asosiasi terhadap stimulus yang berkaitan dengan peristiwa traumatis tersebut (Hendrayadi et al., 2024). Trauma masa kecil yang tidak tertangani dengan baik dapat berdampak jangka panjang hingga remaja bahkan dewasa, serta memengaruhi pola relasi individu dengan lingkungan sosialnya (Astuti, 2025). Oleh karena itu, orang tua perlu dibekali pemahaman mengenai cara mengenali tanda-tanda gangguan psikologis pada anak agar penanganan dapat dilakukan secara tepat dan tidak terlambat (Awwad & Afriani, 2021).

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program parenting “Membersamai Anak dengan Berkualitas secara Psikis” dilaksanakan dengan tujuan menguatkan kompetensi psikologis orang tua dalam mendampingi tumbuh kembang anak. Program ini dirancang agar orang tua memiliki pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pentingnya proses, komunikasi positif, peran pendampingan yang

tepat, pola asuh lintas generasi, serta pengenalan dini terhadap tanda-tanda trauma psikologis pada anak.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan metode psikoedukasi dengan pendekatan partisipatif, sehingga orang tua tidak hanya berperan sebagai penerima materi, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi dan refleksi bersama (Aulia et al., 2022). Pendekatan partisipatif dipilih karena orang tua sebagai peserta memiliki pengalaman pengasuhan yang beragam dan kebutuhan belajar yang kontekstual, sehingga proses psikoedukasi dapat berlangsung secara reflektif dan aplikatif (Apyunita et al., 2026).

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 9 Juli 2026 dan diikuti oleh orang tua yang tergabung dalam komunitas mitra kegiatan. Kegiatan dipandu oleh Wahyu Aulizalsini A, M.Psi, Psikolog., sebagai pemateri utama dengan tema “Membersamai Anak dengan Berkualitas: Jendela Psikolog”. Pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahap, yaitu pembukaan, penyampaian materi inti, sesi diskusi dan tanya jawab, serta penutup dan refleksi.

Pada tahap penyampaian materi, pemateri menjelaskan delapan pokok bahasan yang meliputi: (1) konsep membersamai anak dengan berkualitas secara psikis, (2) urgensi kegiatan bersama antara orang tua dan anak, (3) pentingnya anak belajar dari proses, (4) tiga peran orang tua saat mendampingi anak, (5) kalimat positif yang dapat digunakan orang tua, (6) kalimat yang sebaiknya dihindari, (7) momen sederhana yang berdampak besar bagi psikis anak, serta (8) penutup dan refleksi. Materi disampaikan melalui presentasi visual yang dilengkapi dengan contoh kalimat komunikasi serta ilustrasi aktivitas mewarnai sebagai sarana penguatan koneksi psikis antara orang tua dan anak.

Tahap diskusi dan tanya jawab dilaksanakan untuk memberi ruang bagi peserta mengonfirmasi pemahaman serta menyampaikan permasalahan pengasuhan yang mereka hadapi secara langsung. Pemateri memberikan penjelasan tambahan mengenai cara membedakan perubahan perilaku anak yang tergolong perkembangan normal dengan perubahan yang mengindikasikan adanya trauma atau masalah psikologis, pola asuh lintas generasi, serta pentingnya memaafkan diri sendiri dan orang lain dalam proses pengasuhan.

Teknik pengumpulan data dalam kegiatan ini meliputi observasi langsung terhadap partisipasi peserta, dokumentasi berupa foto kegiatan, serta pencatatan transkrip sesi tanya jawab. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menggambarkan capaian pemahaman dan perubahan sikap peserta terhadap pola pengasuhan berbasis kesehatan psikis anak.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pelaksanaan program parenting “Membersamai Anak dengan Berkualitas secara Psikis” menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi partisipatif memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan sikap orang tua dalam mendampingi anak secara psikis (Aulia et al., 2022). Peserta menunjukkan keterlibatan aktif sejak sesi pemaparan materi hingga sesi diskusi dan refleksi di akhir kegiatan.

Pada tahap awal kegiatan, menjelaskan bahwa membersamai anak dengan berkualitas secara psikis dibangun melalui koneksi mental yang terjalin dari perhatian penuh dan komunikasi yang empatik setiap hari. Hal ini menegaskan bahwa karakter positif anak tidak semata terbentuk melalui pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga melalui keteladanan dan interaksi bermakna dalam keluarga. Temuan ini sejalan dengan kajian yang menunjukkan bahwa pola asuh orang tua memberikan pengaruh signifikan terhadap perkembangan psikologi

sosial anak, termasuk kemampuannya berinteraksi di lingkungan luar rumah (Toyyibah et al., 2025).



Gambar 1. Psikolog menyampaikan materi “Membersamai Anak dengan Berkualitas: Jendela Psikolog” kepada peserta

Salah satu aktivitas bermakna yang dibahas dalam kegiatan ini adalah kegiatan mewarnai. Kegiatan mewarnai dijelaskan sebagai sarana yang efektif untuk melatih koordinasi motorik halus antara mata dan tangan anak, meningkatkan fokus serta konsentrasi anak dalam menyelesaikan tugas, dan menjadi wadah ekspresi kreatif yang sehat bagi anak. Penelitian oleh Hazhari et al. (2024) menemukan bahwa kegiatan mewarnai dapat meningkatkan kemampuan motorik halus serta kreativitas anak usia dini. Selain manfaat motorik, kegiatan mewarnai turut melatih kemandirian dan kepercayaan diri anak karena karya yang dihasilkan merupakan curahan pikiran anak itu sendiri (Saadah et al., 2023).

Materi berikutnya adalah menekankan bahwa orang tua perlu menghargai usaha yang dilakukan anak, bukan sekadar menilai hasil akhir yang dicapai. Setiap anak memiliki ritme dan kecepatan berkembang yang berbeda, sehingga membandingkan pencapaian satu anak dengan anak lain sebaiknya dihindari. Pemahaman ini mendorong orang tua untuk lebih mengapresiasi ketekunan anak dalam menjalani proses belajarnya sehari-hari. Sejalan dengan hal ini, kegiatan ini juga menjelaskan tiga peran orang tua saat mendampingi anak, yaitu pendampingan aktif tanpa mengambil alih tugas anak, pemberian kebebasan bagi anak untuk memilih dan mengambil keputusan sendiri, serta peran sebagai penyemangat yang memberikan energi positif bagi anak. Ketiga peran ini memperkuat argumen bahwa dukungan emosional yang stabil dari orang tua menciptakan lingkungan aman bagi anak untuk bereksplorasi dan mengembangkan potensi dirinya (Christine et al., 2021). Sikap orang tua yang tidak terlalu banyak melakukan intervensi pada tugas anak juga membantu anak belajar dari tantangan yang dihadapinya secara mandiri (Baharuddin, 2019).

Dalam proses mendampingi anak, orang tua sebaiknya tidak hanya berfokus pada hasil, melainkan juga pada proses belajar yang dijalani anak. Ketika ditemukan kendala, misalnya barang yang rusak atau tugas yang belum selesai, orang tua dapat membangun komunikasi yang baik, misalnya dengan meminta anak mengirimkan foto sebagai bukti perkembangan atau

kondisi yang sedang dihadapi, kemudian memberikan arahan tanpa langsung menyalahkan anak. Pola komunikasi semacam ini mengajarkan anak untuk bertanggung jawab sekaligus tetap merasa didukung oleh orang tuanya. Pemateri juga menegaskan bahwa hal terpenting adalah memberikan ruang bagi anak untuk belajar menemukan caranya sendiri dalam menyelesaikan masalah, karena pendekatan ini membantu anak menjadi lebih mandiri dan percaya diri.



Gambar 2. Psikolog memaparkan kalimat positif yang dapat digunakan orang tua dalam mendampingi anak

Pada sesi pembahasan “Kalimat Positif dan Kalimat yang Sebaiknya Dihindari”, diperkenalkan dengan beberapa contoh kalimat positif yang dapat digunakan orang tua, antara lain kalimat apresiasi usaha, validasi kreativitas, penerimaan diri, dan dukungan emosional. Kalimat-kalimat tersebut dirancang untuk fokus pada proses perjuangan anak, memberikan pengakuan atas keputusan mandiri anak, serta mengajarkan anak untuk menerima keunikan dirinya. Sebaliknya, peserta diingatkan agar menghindari kalimat yang membandingkan karya anak dengan orang lain, kalimat yang terlalu kritis terhadap kerapian atau detail kecil, serta tuntutan hasil yang instan dan sempurna.

Pembahasan ini memperkuat temuan bahwa komunikasi positif orang tua, seperti pujian yang tulus dan spesifik terhadap usaha anak, mendorong anak merasa dihargai dan meningkatkan kepercayaan dirinya. Penelitian lain juga menegaskan bahwa strategi komunikasi yang membangun, baik secara verbal maupun nonverbal, berkontribusi signifikan terhadap tumbuhnya rasa percaya diri anak dalam menghadapi tantangan (Saniah, 2025). Adapun komunikasi yang salah, seperti kritik berlebihan dan tuntutan hasil sempurna, berpotensi menghambat potensi kreatif dan keberanian anak dalam mencoba hal baru (Lestari & Anifah, 2021).

Diskusi lanjutan dalam kegiatan ini membahas bahwa setiap generasi memiliki pola pengasuhan yang berbeda. Cara orang tua atau kakek-nenek membesarkan generasi terdahulu tentu berbeda dengan cara orang tua masa kini mendidik anak. Oleh karena itu, peserta diajak untuk tidak memaksakan perubahan perspektif kepada orang tua mereka sendiri, karena orang tua terdahulu telah mendidik sesuai dengan pengetahuan dan kondisi pada zamannya. Di sisi

lain, orang tua masa kini juga berhak menerapkan pola pengasuhan yang sesuai dengan perkembangan zaman dan kebutuhan anak saat ini.

Pembahasan ini sejalan dengan kajian mengenai pola asuh orang tua generasi milenial terhadap anak generasi Alfa, yang menunjukkan bahwa orang tua perlu menyesuaikan gaya pengasuhan dengan karakteristik anak yang tumbuh di era transformasi digital tanpa sepenuhnya meninggalkan nilai pengasuhan yang diwariskan secara turun-temurun (Saman & Hidayati, 2023). Kesadaran terhadap pola asuh lintas generasi juga menjadi salah satu faktor penting dalam menghadapi problematika pengasuhan remaja generasi Z (Wirastania et al., 2024).

Salah satu hal penting yang perlu dipelajari orang tua adalah memaafkan diri sendiri dan memaafkan orang lain. Pada masa lalu, banyak orang tua tidak terbiasa meminta maaf kepada anak. Namun, pada masa kini, kesediaan orang tua meminta maaf ketika melakukan kesalahan justru menjadi contoh yang baik bagi anak, sehingga anak belajar bahwa setiap orang dapat melakukan kesalahan dan bertanggung jawab untuk memperbaikinya. Pemahaman ini memperkuat pentingnya sikap reflektif orang tua dalam membangun relasi pengasuhan yang lebih sehat dengan anak.

Trauma dapat muncul melalui asosiasi terhadap suatu stimulus tertentu. Sebagai contoh, seorang klien yang mengalami trauma akan merasa takut, menghindar, atau menunjukkan respons emosional yang kuat setiap kali melihat objek yang terasosiasi dengan peristiwa traumatisnya. Penjelasan ini menunjukkan bahwa pengalaman traumatis dapat membuat seseorang mengaitkan suatu objek atau situasi tertentu dengan peristiwa yang pernah dialaminya, sehingga diperlukan penanganan yang tepat agar respons tersebut dapat berkurang secara bertahap. Hal ini sejalan dengan kajian yang menegaskan bahwa pengalaman traumatis dihayati secara berbeda oleh setiap individu sehingga memunculkan reaksi emosional dan perilaku yang beragam pula (Hendrayadi et al., 2024). Trauma masa kanak-kanak yang tidak ditangani dengan tepat dapat berdampak jangka panjang hingga masa remaja, termasuk memunculkan kecemasan berlebihan serta perilaku menghindar terhadap stimulus tertentu (Anggadewi, 2020). Penanganan trauma pada anak, misalnya melalui pendekatan terapi yang sesuai, terbukti membantu individu memahami serta mengelola kembali respons emosional yang muncul akibat pengalaman traumatis tersebut (Awwad & Afriani, 2021).



Gambar 3. Pelaksanaan sesi diskusi dan tanya jawab antara pemateri dan peserta

Sesi tanya jawab menghadirkan pertanyaan mengenai cara membedakan perubahan perilaku yang merupakan bagian dari perkembangan normal anak dengan perubahan yang mengindikasikan adanya trauma atau masalah psikologis. Hal pertama yang perlu diperhatikan orang tua adalah intensitas perubahan perilaku anak. Perubahan kecil bukanlah hal yang perlu dikhawatirkan, sedangkan perubahan yang sangat drastis atau ekstrem, misalnya anak yang sebelumnya ramah dan aktif berbicara tiba-tiba menjadi sangat pendiam dan menutup diri, merupakan sinyal yang perlu diperhatikan lebih lanjut oleh orang tua. Hal kedua yang perlu diperhatikan orang tua adalah kepada siapa perubahan perilaku tersebut terjadi. Apabila anak hanya berubah ketika berinteraksi dengan orang tua, tetapi tetap dapat berinteraksi secara normal dengan teman atau lingkungan lain, sumber masalah kemungkinan berada dalam relasi antara anak dan orang tua. Sebaliknya, apabila anak menarik diri dari semua orang, baik keluarga maupun lingkungan sosialnya, penyebabnya dapat lebih luas sehingga memerlukan eksplorasi lebih lanjut.

Fenomena remaja yang memilih mengurung diri di kamar dan membatasi kontak sosial dengan keluarga. Perilaku ini tidak dapat langsung disimpulkan sebagai indikasi trauma karena masa remaja merupakan fase transisi yang kompleks, ketika individu sudah bukan anak-anak namun juga belum sepenuhnya menjadi orang dewasa. Perubahan perilaku tertentu pada masa ini dapat merupakan bagian dari proses perkembangan yang normal, sehingga tantangannya adalah membedakan apakah perilaku tersebut merupakan respons terhadap trauma dalam relasi dengan orang tua, dampak dari pengalaman di lingkungan luar seperti sekolah atau pertemanan, atau bagian dari proses pencarian jati diri remaja. Untuk membedakannya, orang tua perlu memperhatikan pola perilaku anak secara menyeluruh, termasuk kapan perubahan mulai terjadi, dalam situasi apa perilaku tersebut muncul, serta bagaimana hubungan anak dengan orang-orang di sekitarnya. Penelitian oleh Azzahra et al. (2021) menunjukkan bahwa masa remaja merupakan periode rentan ketika perubahan fisik, sosial, dan mental terjadi secara bersamaan, sehingga remaja seringkali mengalami kesulitan mengendalikan emosi dan menyesuaikan perilakunya dengan norma yang berlaku. Selain itu, pola asuh otoriter yang diterapkan secara berlebihan pada masa remaja terbukti dapat menurunkan kesejahteraan psikologis remaja dalam pengambilan keputusan mengenai masa depannya (Octavianus & Hendra Heng, 2025).

Dalam sesi ini disampaikan pula bahwa pola asuh yang diterima orang tua pada masa kecil sering kali ikut memengaruhi cara mereka mengasuh anak pada masa kini. Pengalaman pengasuhan lintas generasi tersebut dapat memberikan dampak terhadap hubungan orang tua dengan anak, sehingga penting bagi orang tua untuk lebih menyadari pola-pola pengasuhan yang diwariskan dan mulai membangun pola interaksi yang lebih sehat. Kesadaran ini sejalan dengan konsep *mindful parenting* yang menekankan pentingnya pengelolaan emosi orang tua sebagai bagian dari kesejahteraan psikologis anak (Sa'adah, 2017).

Kegiatan ditutup dengan pembahasan bahwa momen sederhana yang dilakukan secara konsisten, seperti bermain bersama, membaca cerita, berdialog, serta menggambar atau mewarnai, memberikan dampak besar bagi kesejahteraan psikis dan pertumbuhan karakter anak. Ditegaskan bahwa kualitas hubungan emosional jauh lebih berharga daripada memori material semata dalam mendampingi tumbuh kembang anak, sebab anak mungkin lupa gambar yang diwarnainya, tetapi tidak akan lupa bagaimana orang tuanya membuat mereka merasa dicintai dengan tulus.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengamatan tingkat partisipasi peserta selama sesi materi dan diskusi berlangsung, serta melalui sesi tanya jawab yang menunjukkan antusiasme peserta dalam menggali permasalahan pengasuhan yang mereka hadapi. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya proses,

komunikasi positif, peran pendampingan yang tepat, pola asuh lintas generasi, serta pengenalan dini terhadap tanda-tanda trauma psikologis pada anak. Dampak dari kegiatan ini tidak hanya terlihat pada peningkatan pemahaman peserta secara individu, tetapi juga berpotensi mendorong terciptanya pola interaksi keluarga yang lebih sehat dan reflektif dalam jangka panjang (Aulia et al., 2022).



Gambar 4. Sesi penutup dan refleksi bersama peserta program parenting

Kesimpulan

Program parenting “Membersamai Anak dengan Berkualitas secara Psikis” terbukti efektif dalam menguatkan kompetensi psikologis orang tua melalui pendekatan psikoedukasi partisipatif. Pelaksanaan kegiatan yang meliputi pemaparan materi, diskusi, dan refleksi bersama mampu mendorong keterlibatan aktif peserta serta memperkuat pemahaman mereka mengenai pentingnya proses dalam mendampingi anak, penerapan kalimat positif dalam berkomunikasi, serta tiga peran orang tua saat mendampingi anak.

Peserta juga memperoleh pemahaman baru mengenai pola asuh lintas generasi, pentingnya memaafkan diri sendiri dan orang lain dalam proses pengasuhan, mekanisme munculnya trauma melalui asosiasi stimulus, serta cara membedakan perubahan perilaku anak yang normal dengan perubahan yang mengindikasikan trauma atau masalah psikologis. Pemahaman tersebut diharapkan dapat mendorong orang tua untuk menerapkan pola pengasuhan yang lebih reflektif, suportif, dan berorientasi pada kesejahteraan psikis anak.

Meskipun kegiatan ini memberikan dampak positif, keberlanjutan program serta pendampingan lanjutan tetap diperlukan agar pemahaman yang diperoleh peserta dapat diimplementasikan secara konsisten dalam praktik pengasuhan sehari-hari. Oleh karena itu, penguatan kerja sama dengan psikolog serta pelaksanaan program parenting secara berkala menjadi langkah strategis untuk mendukung kesehatan psikis anak secara berkelanjutan.

Referensi

- Anggadewi, B. E. T. (2020). Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-kanak Pada Remaja. *Solution: Jurnal of Counseling and Personal Development*, 2(2), 1–7. <https://doi.org/10.24071/sol.v2i2.3387>
- Apyunita, D., Mardatillah, R., Yustina, A., & Sabir, A. (2026). Penguatan Kemampuan Literasi Guru Melalui Pelatihan Edukasi Literasi SDN Sapaya Gowa. *Jurnal PEDAMAS*

- (Pengabdian Kepada Masyarakat, 4(3), 654–660. <https://pekatpkm.my.id/index.php/JP/article/view/1065>
- Astuti, E. N. (2025). Trauma Masa Kecil Dan Peran Inner Child dalam Pembentukan Identitas Diri. *Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) EISSN*, 3(7), 74–83. <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/index>
- Aulia, Z., Matondang, M., Latifah, T., Sari, D. P., & Nasution, F. (2022). Peran Orangtua dalam Perkembangan Psikososial Pada Masa Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 11063–11068. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.10141>
- Awwad, M., & Afriani, E. (2021). Mengatasi Trauma Pada Anak Melalui Terapi Inner Child dan Terapi Dzikir (Studi Kasus Klien Di Rumah Hijau Consulting). *QAWWAM: Journal for Gender Mainstreaming*, 15(2), 69–90. <https://doi.org/10.20414/qawwam.v15i2.4298>
- Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3), 461–472. <https://jurnal.unpad.ac.id/jppm/article/view/37832>
- Baharuddin, B. (2019). Pentingnya Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Perkembangan Pubertas Remaja. *AN-NISA*, 12(1), 610–621. <https://doi.org/10.30863/annisa.v12i1.455>
- Christine, C., Karnawati, K., & Nugrahenny C, D. (2021). Pola Asuh Orang Tua terhadap Anak Generasi Alfa dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial. *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership*, 2(2), 235–250. <https://doi.org/10.47530/edulead.v2i2.77>
- Hazhari, A., Pamungkas, M. Si. H., & Retnaningrum, W. (2024). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Mewarnai. *Tinta Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 105–112. <https://doi.org/10.35878/tintaemas.v3i2.1385>
- Hendrayadi, Kenedi, G., Afnibar, & Ulfatmi. (2024). Konseling Traumatis. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(1), 272–287. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i1.4860>
- Lestari, D. A., & Anifah. (2021). Pengaruh Komunikasi Orangtua Dengan Anak Terhadap Kepercayaan Diri Anak Usia 4-5 Tahun di PAUD Bunda Desa Cempedak Lobang Kecamatan Sei Rampah. *Jurnal Education for All*, 9(2), 46–52. <http://journal.unimed.ac.id/index.php/jefa>
- Octavianus, N., & Hendra Heng, P. (2025). Peran Pola Asuh Otoriter Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Akhir. *Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 14(1), 49–55. <https://journal.untar.ac.id/index.php/phronesis/article/download/33686/19977/101785>
- Parman, & Wahyuni, S. (2024). Meningkatkan Kreativitas Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Mewarnai. *Jurnal Pendidikan Seni & Seni Budaya*, 9(1), 22–30. <https://doi.org/10.31851/sitakara.v9i1.14751>
- Putri, F. K. A., Muyasaroh, & Mujiati, E. (2022). Gaya Parenting Orang Tua dalam Pembentukan Karakter dan Kepribadian Anak. *Jurnal Lingkup Anak Usia Dini*, 3(2), 2022–2067. <https://doi.org/10.35897/juraliansi.v3i2.847>
- Saadah, N., Khairi, R., Anggraini, M. S., & Fajri, Y. (2023). Meningkatkan Motorik Halus Anak Melalui Metode Mewarnai Di Ra An-Nur. *Ceria*, 12(1). <https://doi.org/10.31000/ceria.v12i1.9024>
- Sa'adah, U. (2017). Parenting Skills Orantua dan Kesejahteraan Psikologis Anak. *Jurnal Psikologi Islam (JPI)*, 14(2), 5–15. <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/psiko/article/view/6504/6997>
- Saman, A. M., & Hidayati, D. (2023). Pola Asuh Orang Tua Milenial dalam Mendidik Anak Generasi Alpha di Era Transformasi Digital. *Jurnal Basicedu*, 7(1), 984–992. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i1.4557>

- Saniah, N. (2025). Strategi Komunikasi Orang Tua dalam Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Pada Anak Usia Dini. *Synergy: Journal of Communication and Media (SJCM)*, 2025(1), 22–31. <https://sinergijournal.id/index.php/sjcm>
- Toyyibah, N., Iqbal, M., Adi, F., Muhammad, M., Abrori, L., Fitra Auliya, R., Azzahro, S. N., & Sulaiman, S. (2025). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua (Parents) Pada Perkembangan Psikologi Sosial Anak Pada Masa Transisi. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 5(2), 356–366. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i2.5308>
- Wirastania, A., Mufidah, E. F., Farid, D. A. M., Laiqa, D. A., & Nisa, J. F. (2024). Parenting : Pola Asuh Ideal dan Problematika Remaja Generasi Z. *Conscillience*, 2(2), 41–50. <https://doi.org/10.30587/jc.v2i2.8761>