

Membangun Benteng Emosi Anak: Psikoedukasi untuk Orang Tua dalam Mengenal dan Merespons Tantangan Emosi dan Perilaku Siswa

Building Children's Emotional Fortress: Psychoeducation for Parents in Recognizing and Responding to Students' Emotional and Behavioral Challenges

Chandra Susanto^(1*), Sarah Khairunnisa Budiyanto⁽²⁾, Yandri Ardolof B.L. Toar⁽³⁾,
Siwi Putri Andini⁽⁴⁾, Antonius Juniarto⁽⁵⁾, Lawrence Adi Supriyono⁽⁶⁾, Miranti Andhita Scantya⁽⁷⁾
& Amalia Shifa Aldila⁽⁸⁾

^(1 & 2)Program Studi Psikologi, Universitas Jakarta Internasional, Indonesia

^(3 & 4)Program Studi Manajemen, Universitas Jakarta Internasional, Indonesia

⁽⁵⁾Program Studi Akuntansi, Universitas Jakarta Internasional, Indonesia

⁽⁶⁾Program Studi Rekayasa Perangkat Lunak, Universitas Jakarta Internasional, Indonesia

^(7 & 8)Program Studi Sains Data, Universitas Jakarta Internasional, Indonesia

Disubmit: 14 Mei 2025; Direview: 31 Mei 2025; Diaccept: 30 Juni 2025; Dipublish: 30 Juni 2025

*Corresponding author: chandra.susanto@uniji.ac.id

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta mengenai identifikasi masalah emosi dan perilaku pada anak remaja melalui program psikoedukasi. Latar belakang kegiatan ini didasari oleh pentingnya peran orang tua dalam mendeteksi dini dan memberikan respons yang tepat terhadap tantangan kesehatan mental anak, serta potensi tekanan akademik dan sosial di lingkungan sekolah dengan standar tinggi. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan studi kasus yang disampaikan dalam satu sesi pertemuan. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui perbandingan skor pengetahuan peserta sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) mengikuti psikoedukasi, serta analisis umpan balik kualitatif. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam rata-rata skor pengetahuan orang tua setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi ($p < 0.05$). Umpan balik dari peserta juga mengindikasikan peningkatan kesadaran dan keyakinan diri dalam menghadapi masalah emosi dan perilaku anak. Simpulan dari kegiatan ini adalah bahwa program psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta terkait identifikasi masalah emosi dan perilaku pada remaja, yang diharapkan dapat berkontribusi pada deteksi dini, respons yang lebih tepat, dan peningkatan kesejahteraan emosional siswa

Kata Kunci: Psikoedukasi; Emosi dan Perilaku; Orang Tua.

Abstract

This community service activity aims to enhance the knowledge and understanding of parents of SMAK 2 Penabur Jakarta students regarding the identification of emotional and behavioral problems in adolescents through a psychoeducation program. The background of this activity is based on the crucial role of parents in early detection and appropriate response to children's mental health challenges, as well as the potential academic and social pressures in a high-standard school environment. The implementation methods included interactive lectures, group discussions, and case studies delivered in a single session. The evaluation of the activity was conducted by comparing participants' knowledge scores before (pre-test) and after (post-test) participating in the psychoeducation, as well as analyzing qualitative feedback. The results of the analysis showed a significant increase in the average knowledge scores of parents after attending the psychoeducation activity ($p < 0.05$). Feedback from participants also indicated an increased awareness and self-confidence in addressing children's emotional and behavioral issues. The conclusion of this activity is that the psychoeducation program is effective in improving the knowledge and understanding of parents of SMAK 2 Penabur Jakarta students regarding the identification of emotional and behavioral problems in adolescents, which is expected to contribute to early detection, more appropriate responses, and improved emotional well-being of students.

Keywords: terdiri dari 3 sampai 5 kata dan/atau kelompok kata, sesuai urutan abjad, dan antara

Keyword: *Psychoeducation; Emotional and Behavior; Parents.*

Rekomendasi mensitasi :

Susanto, C., Budiyanto, S. K., Toar, Y. A. B. L., Andini, S. P., Juniarto, A., Supriyono, L. A., Scantya, M. A. & Aldila, A. S. (2025), Membangun Benteng Emosi Anak: Psikoedukasi untuk Orang Tua dalam Mengenal dan Merespons Tantangan Emosi dan Perilaku Siswa. *Gotong Royong: Jurnal Pengabdian, Pembinaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 4 (2): 125-131.

DOI: <https://doi.org/10.51849/jp3km.v4i2.71>

<https://jp3km.jurnalp3k.com/index.php/j-p3km>

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan fondasi esensial bagi perkembangan holistik seorang anak, memungkinkan mereka untuk belajar secara efektif, membangun relasi yang positif, dan menghadapi tantangan hidup dengan ketahanan (World Health Organization, 2021). Namun, masalah emosi dan perilaku pada anak dan remaja merupakan isu global yang signifikan, dengan berbagai gangguan seperti kecemasan, depresi, ADHD, dan gangguan perilaku yang dapat berdampak negatif pada individu, keluarga, sekolah, dan masyarakat (American Psychiatric Association, 2013).

Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018 menunjukkan adanya proporsi anak dan remaja dengan masalah kesehatan mental yang memerlukan perhatian serius (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Faktor-faktor seperti tekanan akademik, perubahan sosial, dan dinamika keluarga dapat berkontribusi terhadap munculnya masalah-masalah ini. Dalam konteks sekolah menengah atas (SMA), tekanan akademik untuk mencapai prestasi, persaingan antar siswa, serta transisi menuju kedewasaan dapat menjadi sumber stres dan memicu masalah emosi dan perilaku (Susanto et al., 2024).

Orang tua memainkan peran krusial dalam mengidentifikasi dini dan memberikan respons yang tepat terhadap tantangan emosi dan perilaku anak-anak mereka (Ginsburg et al., 2017). Kemampuan orang tua untuk mengenali tanda-tanda awal kesulitan emosional, memahami kebutuhan anak, serta menerapkan strategi pengasuhan yang suportif dan responsif sangatlah penting (Susanto, 2024). Namun, tidak semua orang tua memiliki pengetahuan dan

keterampilan yang memadai untuk menjalankan peran ini secara efektif (Sanders, 2008).

Dalam konteks SMAK 2 Penabur Jakarta, sebagai salah satu institusi pendidikan terkemuka di Jakarta, siswa diharapkan memiliki prestasi akademik yang tinggi. Harapan ini, meskipun bertujuan baik, berpotensi menciptakan tekanan akademik yang signifikan bagi sebagian siswa. Selain itu, lingkungan sekolah yang kompetitif dan interaksi sosial yang kompleks di tingkat SMA dapat menjadi sumber tekanan emosional. Oleh karena itu, penting bagi orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta untuk memiliki pemahaman yang mendalam tentang kesehatan mental remaja dan bagaimana mendukung anak-anak mereka melalui tantangan-tantangan ini.

Psikoedukasi bagi orang tua merupakan intervensi yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan mereka terkait kesehatan mental anak (Lukens & Thorning, 2014). Melalui psikoedukasi, orang tua dapat belajar tentang perkembangan emosi dan perilaku remaja, mengenali tanda-tanda peringatan adanya masalah kesehatan mental, memahami faktor-faktor risiko dan pelindung, serta menguasai strategi komunikasi dan manajemen perilaku yang positif. Dengan demikian, orang tua dapat menjadi garda terdepan dalam mendeteksi dini masalah emosi dan perilaku pada anak remaja serta memberikan dukungan awal yang penting.

Program pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini secara spesifik akan dilaksanakan di SMAK 2 Penabur Jakarta. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada identifikasi potensi tekanan akademik dan sosial yang mungkin dihadapi oleh siswa di lingkungan sekolah yang memiliki standar

tinggi. Selain itu, interaksi dengan pihak sekolah menunjukkan adanya kebutuhan dan dukungan untuk program-program yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa melalui pemberdayaan orang tua.

Kegiatan psikoedukasi yang akan dilaksanakan di SMAK 2 Penabur Jakarta akan dirancang untuk relevan dengan tantangan dan dinamika yang dihadapi oleh orang tua siswa di lingkungan tersebut. Materi yang disampaikan akan mencakup informasi mengenai perubahan perkembangan remaja, isu-isu kesehatan mental yang umum terjadi pada usia ini (seperti kecemasan, depresi, stres akademik), strategi komunikasi yang efektif dengan remaja, cara mengenali tanda-tanda peringatan masalah emosi dan perilaku, serta sumber-sumber dukungan yang tersedia.

Diharapkan melalui program PkM ini, orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta akan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan mental remaja dan keterampilan yang lebih memadai dalam mendukung anak-anak mereka. Peningkatan pemahaman dan keterampilan ini diharapkan dapat berkontribusi pada terciptanya lingkungan keluarga yang lebih suportif dan responsif terhadap kebutuhan emosional siswa, serta memfasilitasi identifikasi dini dan intervensi yang tepat jika muncul masalah.

Dengan memberdayakan orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta melalui psikoedukasi, program PkM ini bertujuan untuk menciptakan sinergi antara keluarga dan sekolah dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan siswa secara keseluruhan. Diharapkan, inisiatif ini dapat menjadi langkah positif dalam membangun komunitas sekolah yang lebih peduli dan responsif terhadap kebutuhan psikologis

para siswanya, sehingga mereka dapat berkembang secara optimal baik dalam akademik maupun kesejahteraan emosional.

Berdasarkan latar belakang dan konteks spesifik SMAK 2 Penabur Jakarta, program PkM dengan judul "Membangun Benteng Emosi Anak: Psikoedukasi untuk Orang Tua dalam Mengenali dan Merespons Tantangan Emosi dan Perilaku Siswa di SMAK 2 Penabur Jakarta" ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan orang tua, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kesehatan mental dan kesejahteraan siswa di lingkungan sekolah ini.

BAHAN DAN METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan menggunakan sejumlah bahan utama yang esensial dalam mencapai tujuannya. Bahan ajar inti yang akan digunakan adalah modul psikoedukasi, yang dirancang secara komprehensif untuk memberikan pemahaman mendalam kepada orang tua mengenai perkembangan emosi dan perilaku remaja, mengenali tanda-tanda masalah kesehatan mental yang mungkin timbul, mempelajari strategi komunikasi yang efektif dengan anak, serta memahami cara memberikan dukungan yang tepat. Materi dalam modul ini akan diperkaya dengan materi presentasi yang disajikan melalui perangkat lunak Microsoft PowerPoint, yang akan digunakan selama sesi pelatihan untuk menyampaikan poin-poin penting secara visual dan interaktif. Untuk memfasilitasi proses refleksi dan penerapan konsep yang telah dipelajari, lembar kerja akan dibagikan kepada peserta. Selain itu, kuesioner yang akan disiapkan dalam format Google Forms

maupun cetak akan digunakan sebagai alat ukur untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan pemahaman peserta sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan. Beberapa studi kasus anonim juga akan diintegrasikan ke dalam sesi diskusi untuk memberikan contoh konkret dan memicu pemikiran kritis mengenai penanganan masalah emosi dan perilaku pada remaja. Selama pelaksanaan kegiatan, bahan dokumentasi berupa kertas dan alat tulis akan digunakan untuk mencatat jalannya acara dan umpan balik dari peserta. Sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka, sertifikat peserta akan disiapkan dan diberikan di akhir kegiatan.

Dalam mendukung kelancaran penyampaian materi dan interaksi dengan peserta, beberapa peralatan utama akan digunakan. Sebuah laptop dengan merek seperti Lenovo atau Asus akan menjadi pusat kendali untuk menampilkan presentasi, memutar materi audio visual jika diperlukan, dan keperluan administrasi lainnya. Materi visual akan diproyeksikan melalui proyektor LCD dari merek seperti Epson atau BenQ ke sebuah layar proyeksi dengan ukuran yang disesuaikan dengan kapasitas ruangan. Agar suara narasumber terdengar jelas oleh seluruh peserta, akan digunakan sistem audio yang terdiri dari speaker aktif dengan merek tertentu dan mikrofon baik nirkabel maupun berkabel dengan merek yang sesuai. Rangkaian peralatan utama ini akan ditata sedemikian rupa untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan efektif bagi para orang tua siswa.

Metode utama yang akan diterapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah metode psikoedukasi. Metode ini akan diimplementasikan melalui pendekatan ceramah interaktif, yang memungkinkan

narasumber menyampaikan informasi secara terstruktur namun tetap membuka ruang untuk interaksi dan tanya jawab. Selain itu, diskusi kelompok akan digunakan untuk memfasilitasi pertukaran pengalaman dan pemahaman antar peserta mengenai studi kasus yang disajikan. Analisis studi kasus ini diharapkan dapat memperdalam pemahaman peserta mengenai aplikasi praktis dari konsep-konsep yang telah dipelajari.

Pelaksanaan kegiatan ini akan dibagi menjadi beberapa tahapan. Tahap awal adalah tahap persiapan, yang meliputi koordinasi intensif dengan pihak SMAK 2 Penabur Jakarta terkait jadwal, lokasi, dan aspek teknis lainnya. Pada tahap ini juga akan dilakukan penyusunan dan finalisasi seluruh materi psikoedukasi, termasuk modul, presentasi, lembar kerja, dan kuesioner, yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik orang tua siswa di lingkungan sekolah tersebut. Penyiapan seluruh peralatan dan bahan pendukung juga menjadi fokus utama pada tahap ini. Terakhir, sosialisasi mengenai kegiatan dan proses pendaftaran peserta akan dilaksanakan melalui berbagai saluran komunikasi sekolah.

Tahap berikutnya adalah tahap pelaksanaan, yang merupakan inti dari kegiatan PkM ini. Sesi pembukaan akan dilakukan untuk menyambut peserta, memperkenalkan tim pelaksana, dan menyampaikan tujuan kegiatan. Setelah itu, materi psikoedukasi akan disampaikan melalui ceramah interaktif. Diskusi kelompok dan analisis studi kasus akan dilakukan untuk memperdalam pemahaman peserta. Sesi tanya jawab akan memberikan kesempatan bagi peserta untuk mengklarifikasi hal-hal yang belum dipahami. Peserta juga akan diminta untuk mengisi lembar kerja sebagai sarana

refleksi dan perencanaan penerapan materi. Di akhir sesi, kuesioner post-test akan dibagikan untuk mengukur perubahan pemahaman. Kegiatan akan ditutup dengan rangkuman materi, ucapan terima kasih, dan penyerahan sertifikat kepada peserta.

Tahap terakhir adalah tahap evaluasi dan pelaporan. Pada tahap ini, data yang terkumpul dari kuesioner pre-test dan post-test akan dianalisis secara deskriptif untuk melihat gambaran awal dan akhir tingkat pengetahuan peserta. Selanjutnya, analisis komparatif akan dilakukan untuk menguji signifikansi peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah mengikuti kegiatan. Umpan balik dari peserta yang diperoleh melalui lembar evaluasi atau selama diskusi juga akan dianalisis secara kualitatif untuk mendapatkan wawasan yang lebih mendalam mengenai efektivitas kegiatan. Hasil dari seluruh proses evaluasi ini akan dirangkum dalam laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Metode analisis data kuantitatif yang akan digunakan adalah analisis deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data pre-test dan post-test. Selain itu, analisis inferensial berupa paired t-test (jika asumsi normalitas terpenuhi) akan digunakan untuk membandingkan skor pre-test dan post-test secara statistik dan menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan setelah intervensi psikoedukasi. Data kualitatif dari umpan balik peserta akan dianalisis menggunakan metode analisis tematik untuk mengidentifikasi pola-pola dan tema-tema yang relevan terkait pengalaman dan persepsi mereka terhadap kegiatan psikoedukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi yang telah dilaksanakan di SMAK 2 Penabur Jakarta menunjukkan hasil yang menggembirakan dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua siswa terkait identifikasi masalah emosi dan perilaku pada anak remaja. Temuan utama dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan yang signifikan dalam skor rata-rata pengetahuan orang tua setelah mengikuti sesi psikoedukasi. Data yang diperoleh dari analisis kuesioner pre-test dan post-test menunjukkan adanya perbedaan yang nyata dalam pemahaman konsep-konsep kunci terkait perkembangan emosi remaja, tanda-tanda masalah kesehatan mental, dan strategi respons yang efektif.



Gambar 1. Kegiatan Psikoedukasi di SMAK 2 Penabur



Gambar 2. Kegiatan Psikoedukasi di SMAK 2 Penabur

Sebelum mengikuti kegiatan psikoedukasi, rata-rata skor pengetahuan orang tua adalah 65 (dari skala 100). Setelah mengikuti sesi psikoedukasi, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 82. Hasil uji paired t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0.05$), mengindikasikan bahwa intervensi psikoedukasi secara efektif meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai topik-topik yang dibahas. Peningkatan ini terlihat pada pemahaman yang lebih baik mengenai perbedaan antara perilaku remaja normal dan yang mengindikasikan adanya masalah, kemampuan mengidentifikasi gejala-gejala umum gangguan emosi seperti kecemasan dan depresi, serta pengetahuan tentang pentingnya komunikasi yang terbuka dan suportif.

Selain peningkatan pengetahuan, umpan balik kualitatif dari peserta melalui sesi diskusi dan lembar evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan keyakinan diri dalam menghadapi potensi masalah emosi dan perilaku pada anak mereka. Banyak orang tua yang menyatakan bahwa mereka kini merasa lebih mampu mengenali tanda-tanda awal kesulitan dan memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai cara merespons secara tepat. Beberapa peserta juga menyoroti manfaat dari studi kasus yang dibahas, yang membantu mereka mengaplikasikan konsep-konsep teoritis ke dalam situasi nyata.

Tabel 1. Perbandingan Rata-rata Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Aspek Pengetahuan	Skor Pre-Test	Skor Post Test	P- Value
Perkembangan Emosi & Perilaku	60	78	<0.05
Masalah kesehatan mental	68	85	<0.05
Strategi Komunikasi Efektif	63	80	<0.05
Pemberian Dukungan Tepat	69	84	<0.05
Skor Total	65	82	<0.05

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua terkait kesehatan mental anak (Ginsburg et al., 2017; Lukens & Thorning, 2014). Peningkatan pengetahuan ini merupakan langkah awal yang penting dalam memberdayakan orang tua untuk berperan aktif dalam mendukung kesehatan mental anak-anak mereka. Ketika orang tua memiliki pemahaman yang lebih baik, mereka cenderung lebih peka terhadap perubahan perilaku anak, lebih mampu berkomunikasi secara efektif, dan lebih mungkin mencari bantuan profesional jika diperlukan (Sanders, 2008).

Dampak pasca kegiatan ini diharapkan dapat dirasakan dalam jangka panjang. Dengan meningkatnya pemahaman orang tua, diharapkan akan terjadi deteksi dini masalah emosi dan perilaku yang lebih baik, respons yang lebih tepat dan suportif di lingkungan keluarga, serta penurunan stigma terkait masalah kesehatan mental di kalangan orang tua siswa. Hal ini pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan emosional dan psikologis siswa di SMAK 2 Penabur Jakarta. Kegiatan psikoedukasi ini juga dapat menjadi model untuk program-program serupa di sekolah lain, mengingat pentingnya peran orang tua dalam mendukung kesehatan mental remaja.

Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam kegiatan ini. Pengukuran dampak jangka panjang memerlukan penelitian lanjutan. Selain itu, efektivitas psikoedukasi dapat bervariasi tergantung pada karakteristik individu peserta dan dukungan yang mereka terima setelah kegiatan. Sehingga, penting untuk mempertimbangkan tindak lanjut dan dukungan berkelanjutan bagi orang tua.

SIMPULAN

Simpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa psikoedukasi bagi orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta mengenai identifikasi masalah emosi dan perilaku pada anak remaja menunjukkan bahwa intervensi ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta secara signifikan. Analisis data kuantitatif dari kuesioner pre-test dan post-test mengindikasikan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan setelah mengikuti sesi psikoedukasi, yang didukung oleh hasil uji statistik yang signifikan. Selain peningkatan pengetahuan yang terukur, umpan balik kualitatif dari para orang tua juga mengungkapkan adanya peningkatan kesadaran dan keyakinan diri dalam mengenali dan merespons potensi masalah emosi dan perilaku pada anak mereka. Dengan demikian, kegiatan psikoedukasi ini memberikan kontribusi positif dalam memberdayakan orang tua siswa SMAK 2 Penabur Jakarta dengan pengetahuan dan pemahaman yang lebih baik terkait kesehatan mental remaja, yang diharapkan dapat berdampak pada peningkatan deteksi dini, respons yang lebih tepat di lingkungan keluarga, serta penurunan stigma terkait isu kesehatan mental. Kegiatan ini menjadi langkah awal yang penting dalam menciptakan lingkungan yang lebih suportif bagi kesejahteraan emosional dan psikologis siswa di lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis ucapan kepada Dekan Fakultas Humaniora, Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, dan Dekan Fakultas Teknologi Informasi atas dukungan kepada penulis hingga dapat menyelesaikan artikel ini. Terimakasih <https://jp3km.jurnalp3k.com/index.php/j-p3km>

kepada segala pihak yang telah memberikan dukungan yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Author.
- Ginsburg, G. S., Becker, E. M., Keeton, C. P., & Sakolsky, D. (2017). Parental involvement in child anxiety treatment: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 51*, 23–36. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.10.002>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lukens, E. P., & Thorning, H. (2014). *Brief psychoeducation: Practical guidelines for nurses and other healthcare professionals*. Springer Publishing Company.
- Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for population-based child mental health. *Clinical Child and Family Psychology Review, 11*(1–2), 71–90. <https://doi.org/10.1007/s10567-008-0030-2>
- Susanto, C. (2024). Kaitan spiritual well being dan academic stress pada remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K), 5*(1), 80–85.
- Susanto, C., Hastuti, R., & Tiofanny, J. (2024). Kaitan motivasi akademik dan school well-being siswa SMA yang menggunakan kurikulum merdeka belajar. *Jurnal Ilmu Pendidikan, 6*(3).
- World Health Organization. (2021). *Mental health of children and adolescents*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240003927>