

Therapeutic art: Fostering emotional balance in homemakers

Syafira Rizka Ulya✉, Nailatus Syarifah, Fara Okta Prastika, Eny Purwandari
Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, Indonesia

✉ syfr3066@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.12688>

Abstract

Rapid technological advancements and societal changes significantly impact family life, particularly in child-rearing. Parents often face emotional challenges that can affect parenting styles and children's psychological development. This activity provided therapeutic art training to 18 homemakers in Jayan Village, Boyolali, to improve emotion regulation. Utilizing the Participatory Action Research (PAR) method, the training comprised three stages: planning, implementation, and evaluation. Results demonstrated increased parental awareness of emotion regulation and the effectiveness of therapeutic art in stress management. Through this activity, participants were able to channel both positive and negative feelings, thereby helping to prevent the accumulation of emotions that could have detrimental effects later on.

Keywords: Emotion regulation; Therapeutic art; Homemakers

Therapeutic art: Upaya membangun keseimbangan emosi bagi ibu rumah tangga

Abstrak

Perkembangan teknologi dan perubahan sosial yang pesat berdampak signifikan pada kehidupan keluarga, terutama dalam pengasuhan anak. Orang tua sering menghadapi tantangan emosional yang dapat memengaruhi pola asuh dan perkembangan psikologis anak. Kegiatan ini memberikan pelatihan *therapeutic art* pada 18 ibu rumah tangga di Desa Jayan, Boyolali, untuk meningkatkan regulasi emosi. Menggunakan metode *Participatory Action Research (PAR)*, pelatihan terdiri dari tiga tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil menunjukkan peningkatan kesadaran orang tua akan regulasi emosi dan efektivitas *therapeutic art* dalam pengelolaan stres. Melalui aktivitas ini, peserta mampu menyalurkan perasaan, baik yang bersifat positif maupun negatif, sehingga membantu mencegah penumpukan emosi yang dapat berdampak buruk di kemudian hari.

Kata Kunci: Regulasi emosi; *Therapeutic art*; Ibu rumah tangga

1. Pendahuluan

Pesatnya perkembangan teknologi dan perubahan sosial membawa dampak signifikan terhadap kehidupan keluarga, khususnya dalam peran pengasuhan. Orang tua, sebagai figur sentral dalam pendidikan dan perkembangan anak, menghadapi beragam tantangan dalam menjalankan peran tersebut. Salah satu tantangan utama adalah kemampuan orang tua dalam mengelola dan meregulasi emosi mereka di tengah tuntutan kehidupan sehari-hari, yang pada akhirnya akan memengaruhi pola asuh dan

Contributions to
SDGs

3
GOOD HEALTH
AND WELL-BEING



4
QUALITY
EDUCATION



Article History

Received: 20/11/24

Revised: 26/01/25

Accepted: 12/06/25

perkembangan psikologis anak. Stres, kecemasan, dan kelelahan emosional seringkali menjadi bagian tak terpisahkan dari pengalaman orang tua, terutama pada fase awal kehidupan anak di mana peran pengasuhan sangat dominan dan intens.

Kasus kekerasan terhadap anak di Indonesia sering kali melibatkan orang tua kandung atau tiri sebagai pelaku utama. Sebagai contoh, di Medan, seorang ibu kandung menganiaya anak berusia 6 tahun karena kehilangan stiker sekolah (Rahyuni, 2024). Di Jakarta, seorang ibu tiri memukul dua anak tirinya (usia 4 dan 6 tahun) akibat susu tumpah (Noviansah, 2024). Sementara itu, di Sulawesi Selatan, seorang ayah menganiaya anak balitanya karena makan biskuit di atas kasur (Subhan, 2024). Maraknya kasus kekerasan terhadap anak ini dapat mencerminkan adanya potensi gangguan regulasi emosi pada individu pelaku. Penelitian oleh Nimphy et al. (2024) mengungkapkan bahwa faktor psikopatologi pada orang tua, seperti gangguan emosional atau mental, dapat berperan dalam transmisi kekerasan kepada anak. Selain itu, regulasi emosi yang buruk pada orang tua, baik akibat ketidakmampuan mengelola stres maupun trauma masa lalu, dapat meningkatkan risiko kekerasan terhadap anak.

Laporan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) pada tahun 2023 mencatat bahwa 16.854 anak menjadi korban kekerasan, dengan 4.025 kasus kekerasan fisik dan 3.800 kasus kekerasan psikis. Berdasarkan data ini, disimpulkan bahwa kasus kekerasan terhadap anak masih marak di Indonesia, dan orang tua sering menjadi pelaku utamanya.

Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi orang tua memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan dan regulasi emosi anak (Morris et al., 2007; Rutherford et al., 2015). Orang tua yang mampu mengelola emosi secara positif cenderung meniru pola regulasi emosi yang sehat pada anak. Selain itu, pengembangan kapasitas individu melalui kegiatan berbasis komunitas sangat penting untuk mendukung kesejahteraan keluarga (Muliawanti et al., 2023). Dengan demikian, regulasi emosi merupakan faktor kunci dalam kesehatan mental dan kesejahteraan orang tua dalam menjalankan peran pengasuhan serta membangun hubungan yang harmonis dengan anak. Dalam konteks ini, penyediaan dukungan dan pelatihan regulasi emosi bagi orang tua menjadi krusial untuk memperkuat kapasitas mereka dalam menghadapi tekanan pengasuhan sebagai langkah preventif terhadap masalah kesehatan mental dalam keluarga.

Pelatihan *therapeutic art* atau seni terapi merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk membantu orang tua dalam meregulasi emosi mereka. Terapi seni telah terbukti menjadi media yang efektif untuk mendukung kesehatan mental ibu dalam mengasuh anak usia dini (Vinlandari et al., 2022). Menurut Hamidah & Falah (2023), terapi seni tidak hanya berfungsi sebagai sarana ekspresi emosi tetapi juga membangun interaksi yang lebih harmonis antar individu, termasuk antara orang tua dan anak. Penelitian lain oleh Kurniasih et al. (2021) mengidentifikasi terapi seni sebagai solusi kreatif untuk mengatasi stres, mendorong perkembangan emosional, dan membantu penemuan jati diri. Selain itu, Wulandari & Afiatin (2020) mendukung bahwa terapi seni memiliki efek positif dalam menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas hubungan orang tua-anak. Rosyidi et al. (2021) juga menekankan bahwa partisipasi aktif dalam komunitas berbasis komunitas dapat memberdayakan masyarakat, di mana seni dapat berfungsi sebagai media untuk mendukung keberlanjutan program intervensi.

Penelitian terkini semakin memperkuat pentingnya pendekatan berbasis seni, seperti *therapeutic art*, sebagai solusi untuk mendukung regulasi emosi pada individu yang menghadapi tantangan psikososial. Misalnya, penelitian oleh [Bosgraaf et al. \(2024\)](#) menunjukkan bahwa terapi seni pengaturan afek (ArAT) secara efektif meningkatkan keterampilan regulasi emosi, memfasilitasi eksplorasi perasaan, dan mengurangi masalah psikososial. Temuan ini sangat relevan bagi orang tua yang menghadapi tekanan pengasuhan, karena terapi seni menyediakan ruang kreatif untuk ekspresi emosi yang sehat dan membangun ketahanan emosional. Selain itu, [Hamzah & Ghazanfer \(2023\)](#) menemukan bahwa terapi seni merupakan intervensi efektif dalam mengurangi tingkat stres, yang merupakan salah satu akar masalah dalam pengelolaan emosi orang tua. Studi ini menekankan potensi terapi seni sebagai pendekatan holistik untuk mendukung kesehatan mental. Sementara itu, [Glew et al. \(2021\)](#) menunjukkan bahwa aktivitas seni, termasuk menyanyi berkelompok, dapat meningkatkan kepercayaan diri dan hubungan sosial, komponen penting dalam membangun lingkungan keluarga yang harmonis.

Hasil-hasil penelitian ini menggarisbawahi bahwa pelatihan berbasis *therapeutic art* dapat menjadi langkah strategis untuk membantu orang tua mengelola emosi mereka dengan lebih baik. Melalui pendekatan ini, orang tua tidak hanya belajar meregulasi emosi secara individu, tetapi juga mampu menciptakan interaksi yang lebih positif dengan anak, yang pada akhirnya mendukung kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menyelenggarakan pelatihan *therapeutic art* bagi orang tua sebagai sarana untuk membantu mereka dalam mengatur dan mengelola emosi. Pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi orang tua, sehingga mereka menjadi lebih tenang, sabar, dan mampu membangun hubungan yang lebih harmonis dengan anak-anak. Lebih lanjut, pelatihan ini diharapkan memberikan dampak jangka panjang dalam meningkatkan kualitas kesejahteraan keluarga secara menyeluruh.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dan psikoedukasi ini diselenggarakan di Desa Jayan, Senting, Boyolali, pada tanggal 14 Januari 2024, dimulai pukul 08.00 WIB hingga selesai. Sasaran kegiatan ini adalah 18 ibu rumah tangga di Desa Jayan. Pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah *Participatory Action Research* (PAR), yang kemudian disederhanakan menjadi tiga tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

2.1. Perencanaan

Tahap perencanaan berdurasi 30 menit dan berfokus pada membangun kedekatan dengan 18 ibu rumah tangga peserta psikoedukasi. Pada tahap ini, seluruh peserta mengisi lembar presensi dan menyelesaikan lembar pre-test sebagai bagian dari pengukuran awal.

2.2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terbagi menjadi tiga sesi. Sesi pertama, berdurasi sekitar 1 jam, berisikan pemaparan psikoedukasi mengenai pentingnya regulasi emosi pada ibu

rumah tangga dan strategi praktis dalam mengelola emosi dalam kehidupan sehari-hari. Sesi kedua memfokuskan pada *therapeutic art*, di mana pemateri menjelaskan teknik regulasi emosi melalui *therapeutic art*, memberikan panduan dan praktik langsung, serta mengajak peserta untuk berkomitmen dalam menerapkannya. Sesi ketiga diisi dengan diskusi dan *sharing* pengalaman terkait materi yang telah disajikan, memungkinkan peserta untuk berbagi perspektif dan pembelajaran mereka.

2.3. Evaluasi

Pada tahap evaluasi, peserta diminta untuk mengisi lembar *post-test*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan berbasis skala Likert. Kuesioner ini bertujuan untuk mengukur perubahan kemampuan regulasi emosi peserta sebelum dan sesudah mengikuti psikoedukasi dan pelatihan *therapeutic art*. Selain itu, peserta juga diberikan kesempatan untuk menyampaikan masukan dan saran kepada tim. Selama seluruh kegiatan berlangsung, pengamatan langsung juga dilakukan untuk memahami respons peserta dan menilai efektivitas program secara lebih mendalam.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dilakukan bersama 18 orang ibu rumah tangga di Desa Jayan. Kegiatan pengabdian dimulai dengan rangkaian pembukaan dan pengantar acara. Selanjutnya, pemaparan materi dilakukan oleh Syafira Rizka Ulya, membahas mengenai regulasi emosi untuk ibu rumah tangga dan kiat untuk meregulasi emosi menggunakan *therapeutic art*. Hal ini sejalan dengan penelitian [Hajal & Paley \(2020\)](#), yang menekankan pentingnya regulasi emosi dalam pengasuhan serta dukungan bagi orang tua untuk mengelola emosi mereka dengan lebih baik. Pada awal kegiatan, dilakukan pendataan demografis peserta dan *pre-test* dengan menjawab kuesioner yang berisi 10 pertanyaan berkaitan dengan regulasi emosi ibu. Hasil demografi disajikan pada [Tabel 1](#).

Tabel 1. Karakteristik demografis peserta

Aspek	Kategori	Jumlah
Usia	25-30 tahun	3
	31-35 tahun	5
	36-40 tahun	10
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	9
	Buruh	2
	Karyawan Swasta	3
	Pengurus RT	1
	ART	1
	Penjahit	1
	Pedagang	1

Selanjutnya, berdasarkan hasil *pre-test* ditemukan bahwa orang tua menghadapi kendala dalam meregulasi emosi dengan baik. Mereka belum sepenuhnya memahami cara yang tepat untuk mengelola emosi negatif, sehingga cenderung melampiaskannya kepada anak, seperti melalui bentakan kecil atau tindakan impulsif lainnya. Selain itu, orang tua sering memendam perasaan saat marah atau sedih, yang justru memicu ledakan emosi lebih besar ketika menghadapi perilaku anak yang tidak sesuai harapan.

Hal ini mendukung temuan bahwa orang tua perlu memahami cara yang tepat untuk mengelola emosi negatif, yang sejalan dengan hasil penelitian [Zitzmann et al. \(2024\)](#) mengenai pentingnya regulasi emosi dalam konteks pengasuhan.

3.1. Program intervensi

Pada tahap intervensi, dilakukan pemberian psikoedukasi tentang regulasi emosi dan pelatihan *therapeutic art* sebagai cara untuk meregulasi emosi, yang dibagi menjadi tiga sesi. Pada sesi pertama, diperkenalkan mengenai pentingnya melakukan regulasi emosi secara tepat dan positif ([Gambar 1a](#)), dengan disertai contoh-contoh permasalahan yang sering dihadapi oleh orang tua, diharapkan orang tua mampu mengelola emosi mereka dengan lebih baik.



Gambar 1. (a) penyuluhan regulasi emosi, (b) praktik *therapeutic art*, dan (c) diskusi dan *sharing*

Sesi kedua berupa praktik *therapeutic art* ([Gambar 1b](#)) dimulai dengan penjelasan interaktif mengenai teori regulasi emosi yang dikembangkan oleh [Gross & John \(2003\)](#), serta teori strategi *coping stress* oleh [Lazarus & Folkman \(1984\)](#). Pemateri menjelaskan bahwa regulasi emosi melibatkan lima proses utama, yaitu pemilihan situasi, modifikasi situasi, pengalihan perhatian, perubahan kognitif, dan modulasi respons. Proses ini kemudian diintegrasikan dengan strategi *coping stress*, yaitu *problem-focused coping* untuk menghadapi sumber stres secara langsung, dan *emotion-focused coping* untuk mengelola respons emosional terhadap stres.

Sebagai solusi untuk meregulasi emosi secara efektif, pemateri memperkenalkan *therapeutic art* sebuah metode yang memanfaatkan ekspresi pengalaman dan perasaan melalui media seni ([Cahn, 2000](#)). Tujuan penggunaan *therapeutic art* meliputi membantu individu mengekspresikan diri, mengurangi stres dan kecemasan, memperbaiki kondisi emosional, meningkatkan keterampilan sosial, menyelesaikan masalah atau konflik, serta meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan ([Hidayat, 2018](#)). Lebih lanjut, *therapeutic art* juga memiliki potensi untuk memperluas dampak kegiatan melalui media sosial. [Susanti et al. \(2022\)](#) menjelaskan bagaimana media sosial memainkan peran penting dalam menyebarkan gerakan sosial, termasuk selama pandemi. *Therapeutic art*, sebagai alat ekspresi kreatif dapat digunakan untuk menyebarkan pesan-pesan positif melalui platform media sosial. Dalam konteks kegiatan ini, hasil karya peserta dapat diunggah ke media sosial sebagai bagian dari kampanye kesadaran tentang pentingnya regulasi emosi dalam keluarga. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat solidaritas

komunitas, tetapi juga memperluas jangkauan dampak kegiatan kepada masyarakat yang lebih luas.

Sesi ketiga adalah diskusi dan berbagi pengalaman ([Gambar 1c](#)). Dalam sesi ini, peserta diberi kesempatan untuk menanggapi materi yang telah disampaikan, membagikan pengalaman mereka dalam mengatur emosi dalam kehidupan sehari-hari, serta bertanya mengenai materi yang telah dipresentasikan dan menggambarkan hasil lukisan mereka.

3.2. Analisis dampak program

Setelah implementasi program, tim pelaksana mendistribusikan lembar pertanyaan *post-test*, yang memuat soal-soal serupa dengan *pre-test*. Selain itu, wawancara singkat juga dilakukan untuk menggali lebih dalam pemahaman peserta, dengan fokus pada perubahan afeksi, kendala yang dihadapi selama praktik *therapeutic art*, serta tanggapan mereka terhadap materi psikoedukasi yang telah disampaikan.

Berdasarkan hasil *post-test* dan observasi langsung selama kegiatan, teridentifikasi peningkatan signifikan dalam kesadaran emosi orang tua. Peserta menunjukkan respons yang lebih positif dan terbuka saat mengekspresikan emosi melalui *therapeutic art*. Aktivitas ini secara tidak langsung menjadi sarana baru bagi mereka untuk menyalurkan perasaan, baik positif maupun negatif, sehingga membantu mencegah akumulasi emosi yang berpotensi berdampak buruk pada diri sendiri, keluarga, dan khususnya anak-anak. Selama program berlangsung, tim mencatat peningkatan partisipasi aktif peserta, terutama dalam sesi menggambar dan mewarnai, yang terbukti mampu memperbaiki suasana hati dan menurunkan tingkat stres. Salah satu peserta bahkan mengungkapkan bahwa hanya dengan menggunakan alat sederhana seperti kertas dan pensil, ia merasa lebih mudah merefleksikan dan memahami emosinya. Selain itu, melalui diskusi kelompok, peserta tampak lebih percaya diri dalam berbagi pengalaman pribadi dan menerima umpan balik dari sesama.

Peserta memberikan apresiasi tinggi terhadap program ini, mengingat *therapeutic art* merupakan pendekatan baru dan menarik bagi mereka dalam mengelola emosi. Mereka merasa lebih terlatih untuk menghadapi emosi secara efektif dan bijaksana. Dampak positif tidak hanya terlihat pada aspek kognitif dan afektif, tetapi juga pada perubahan perilaku sehari-hari, seperti peningkatan kesabaran dalam menghadapi situasi menantang. Namun, dalam sesi evaluasi, beberapa peserta menyampaikan masukan berupa keinginan untuk adanya forum diskusi tambahan yang berkelanjutan. Mereka merasa bahwa dukungan lanjutan dalam bentuk diskusi rutin dapat memperkuat pemahaman dan konsistensi praktik *therapeutic art* dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil evaluasi kegiatan secara keseluruhan menunjukkan bahwa pelatihan *therapeutic art* efektif dalam meningkatkan kesadaran emosi dan kemampuan regulasi emosi orang tua. Temuan ini konsisten dengan penelitian [Sari et al. \(2024\)](#), yang menekankan pentingnya hubungan positif antara orang tua dan anak dalam membentuk kemampuan regulasi emosi. Selain itu, penelitian [Kimport & Robbins \(2012\)](#) mendukung bahwa aktivitas seni kreatif secara signifikan dapat mengurangi emosi negatif dan meningkatkan suasana hati, sebagaimana tercermin dari pengalaman peserta yang merasa lebih mudah merefleksikan emosi mereka melalui aktivitas menggambar dan mewarnai. [Malchiodi \(2012\)](#) dan [Strang \(2024\)](#) juga menjelaskan bahwa terapi seni berdampak positif pada fungsi otak, khususnya dalam regulasi emosi dan pengelolaan stres, sehingga memperkuat validitas hasil kegiatan ini. Berdasarkan

masukannya peserta yang menginginkan forum diskusi lanjutan, temuan ini membuka peluang untuk pengembangan program berkelanjutan yang dapat lebih memperkuat praktik regulasi emosi melalui pendekatan seni.

4. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan *therapeutic art* bagi orang tua di Desa Jayan menunjukkan hasil yang positif dan signifikan. Program ini secara efektif meningkatkan kesadaran orang tua mengenai pentingnya regulasi emosi dalam kehidupan sehari-hari. Peserta menunjukkan respons yang sangat positif terhadap pemanfaatan *therapeutic art* sebagai medium ekspresi emosi, baik positif maupun negatif.

Aktivitas ini terbukti efektif dalam membantu orang tua mengelola stres dan kecemasan, sekaligus memperbaiki kualitas hubungan mereka dengan anak-anak. Evaluasi melalui *post-test* dan wawancara menunjukkan adanya peningkatan substansial dalam kapasitas orang tua untuk mengelola emosi secara lebih bijaksana dan efektif. Lebih lanjut, *therapeutic art* memberikan ruang bagi orang tua untuk merenung, berefleksi, dan menyalurkan perasaan mereka melalui seni, yang berdampak langsung pada perbaikan suasana hati dan penurunan tingkat stres.

Meskipun demikian, beberapa peserta mengemukakan kebutuhan akan forum diskusi tambahan guna memperdalam pemahaman dan mempertahankan konsistensi dalam praktik *therapeutic art*. Oleh karena itu, pengembangan program lanjutan, seperti diskusi rutin atau pelatihan berkelanjutan, sangat direkomendasikan untuk menjamin keberlanjutan dampak positif yang telah tercapai. Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan kontribusi positif yang signifikan terhadap kesejahteraan mental orang tua dan berpotensi menjadi langkah preventif terhadap isu-isu pengasuhan berisiko, termasuk kekerasan terhadap anak.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada masyarakat Desa Jayan yang telah berpartisipasi aktif dan mendukung keberhasilan program ini. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi semua pihak.

Kontribusi Penulis

Pelaksana kegiatan: SRU, NS, FOP, EP; Analisis dampak kegiatan: SRU; Draft artikel: SRU; Revisi artikel: SRU.

Konflik Kepentingan

Seluruh penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan finansial atau non-finansial yang terkait dengan artikel ini.

Pendanaan

Kegiatan dan publikasi artikel dibiayai oleh Program Studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Daftar Pustaka

- Bosgraaf, L., Spreen, M., Pattiselanno, K., & van Hooren, S. (2024). Affect regulating art therapy for children and adolescents experiencing psychosocial problems. *International Journal of Art Therapy: Inscape*, 29(2), 88–96. <https://doi.org/10.1080/17454832.2023.2208198>
- Cahn, E. (2000). Proposal for a studio-based art therapy education. *Art Therapy*, 17(3), 177–182. <https://doi.org/10.1080/07421656.2000.10129696>
- Glew, S. G., Simonds, L. M., & Williams, E. I. (2021). The effects of group singing on the wellbeing and psychosocial outcomes of children and young people: a systematic integrative review. *Arts and Health*, 13(3), 240–262. <https://doi.org/10.1080/17533015.2020.1802604>
- Gross, J. J., & John, O. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hajal, N. J., & Paley, B. (2020). Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental Psychology*, 56(3), 403–417. <https://doi.org/10.1037/dev0000864>
- Hamidah, W., & Falah, A. M. (2023). Analisis Indikator Keberhasilan Proses Terapi Seni Sebagai Alternatif Metode Penyembuhan Kesehatan Mental. *Jurnal ATRAT: Jurnal Seni Rupa*, 11(2), 194–204.
- Hamzah, R., & Ghazanfer, M. (2023). Art Therapy as an Intervention for Stress Management in Patients with Anxiety Disorders: A Randomized Controlled Trial Analysis. *Acta Psychology: Psychology and Health*, 2(2), 49–57.
- Hidayat, D. R. (2018). *Konseling di Sekolah (Pendekatan-Pendekatan Kontemporer)*. Kencana.
- Kimport, E. R., & Robbins, S. J. (2012). Efficacy of creative clay work for reducing negative mood: A randomized controlled trial. *Art Therapy*, 29(2), 74–79. <https://doi.org/10.1080/07421656.2012.680048>
- Kurniasih, U., Ali, M., Lestari, E. D., & Wahyuni, N. T. (2021). Pengaruh Art Therapy (Menggambar) Terhadap Stres Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 26–32. <https://doi.org/10.38165/jk.v12i1.234>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Malchiodi, C. A. (2012). Art therapy and the brain. In *Handbook of Art Therapy* (2nd ed., pp. 17–26). The Guilford Press.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Muliawanti, L., Sandy, F., & Zahra, A. A. (2023). Empowerment and human resource capacity building in Homestay Village Borobudur, Magelang. *Community Empowerment*, 8(10), 1506–1511. <https://doi.org/10.31603/ce.10195>

- Nimphy, C. A., Kullberg, M. L. J., Pittner, K., Buisman, R., van den Berg, L., Alink, L., Bakermans-Kranenburg, M., Elzinga, B. M., & Tollenaar, M. (2024). The Role of Psychopathology and Emotion Regulation in the Intergenerational Transmission of Childhood Abuse: A Family Study. *Child Maltreatment*, 30(1), 82–94. <https://doi.org/10.1177/10775595231223657>
- Noviansah, W. (2024). Perkara Sepele Susu Tumpah Bikin Ibu Tiri Aniaya Anak hingga Luka-luka. In *DetikNews*.
- Rahyuni, F. (2024). Tak Hanya Cambuk, Ibu di Medan Juga Injak dan Pukuli Anaknya. In *DetikNews*.
- Rosyidi, M. I., Purwantini, A. H., Muliawanti, L., Purnomo, B. C., & Widyanto, A. (2021). Communication Participation in Community Empowerment for Energy Independent Tourism Villages in the Pandemic Era. *E3S Web of Conferences*, 232(79), 1–7. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202123201036>
- Rutherford, H. J. V., Wallace, N. S., Laurent, H. K., & Mayes, L. C. (2015). Emotion Regulation in Parenthood Helena. *Physiology & Behavior*, 1(36), 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.12.008>
- Sari, S. K., Taufik, T., Prihartanti, N., & Japar, M. (2024). Peran hubungan orangtua-anak terhadap pembentukan regulasi emosi: Scoping review. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 6(1), 78–93. <https://doi.org/10.26555/jptp.v6i1.27847>
- Strang, C. (2024). Art therapy and neuroscience: evidence, limits, and myths. *Frontiers in Psychology*, 15, 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1484481>
- Subhan, M. (2024). Ayah di Pangkep Aniaya Balita hingga Lebam gegara Makan Biskuit di Kasur. In *Detik.Com Sulsel*.
- Susanti, D., Hantoro, D., Sandy, F., & Muliawanti, L. (2022). Social media for social movement: A social media training for Turun Tangan Organization. *Community Empowerment*, 7(8), 1429–1436. <https://doi.org/10.31603/ce.7673>
- Vinlandari, A., Syifaузakia, & Mulyana, A. (2022). Terapi Seni Sebagai Media Untuk Menjaga Kesehatan Mental Ibu Dalam Mendidik Anak Usia Dini. *Proceedings of The 6th Annual Conference on Islamic Early Childhood Education*, 6, 1–8.
- Wulandari, S., & Afiatin, T. (2020). Positive Parenting Program to Improve Mother Efficacy in Parenting Teenagers. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 30. <https://doi.org/10.22146/jpsi.44971>
- Zitzmann, J., Rombold-George, L., Rosenbach, C., & Renneberg, B. (2024). Emotion Regulation, Parenting, and Psychopathology: A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 27(1), 1–22. <https://doi.org/10.1007/s10567-023-00452-5>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)