



Edukasi Mengenai Aspek Genetik Pengobatan Kesehatan Mental dan Pola Asuh yang Mengurangi Tingkat Stres pada Anak

Miranti Dwi Hartanti^{1*}, Liza Chairani², Lilis Khairani³, Denova Putri Apriliana Gumesna⁴, Adharia Yogustris⁵

^{1*,3,4,5}Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Palembang, Palembang, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Palembang, Palembang, Indonesia

Email: ^{1*}miranti@um-palembang.ac.id, ²lizachairani@ymail.com, ³lilis.khairani90@gmail.com, ⁴denovapag@gmail.com, ⁵itsadharia@gmail.com

Abstract

The psychological and emotional state of children's mental health include mental stability, stress tolerance, and the capacity to manage everyday challenges. In essence, parents want what's best for their child, which includes not making parenting blunders. This activity seeks to educate youngsters about the hereditary components of mental health treatment and parental techniques that lower stress levels in kids. The implementation strategy consists of in-person seminars and assessments of parents' understanding using pretests and posttests. The waiting room at Muhammadiyah Hospital Palembang's Children's Polyclinic served as the venue for this counselling session. The average knowledge of parents/caregivers among participants increased, according to the findings of the pre-post counselling test, both on parenting techniques that lower children's stress levels and genetic aspects of mental health therapy. Mental diseases can occur as a result of genetic variables like polymorphism and epigenetics. Apart from genetic considerations, extrinsic variables like parenting and family dynamics can also have an impact on children's mental health. The conclusion of the course on the genetics of mental health treatment and stress-reduction parenting is highly helpful for parents/caregivers.

Keywords: Education, Genetics, Mental Health, Parenting, Stress.

Abstrak

Kesehatan mental pada anak didefinisikan sebagai kondisi psikologis dan emosional yang mencakup kestabilan mental, ketahanan terhadap tekanan, dan kemampuan untuk mengatasi masalah kehidupan sehari-hari. Orang tua pada dasarnya ingin yang terbaik untuk anak mereka, termasuk tidak melakukan kesalahan dalam mengasuh anak. Kegiatan ini bertujuan menyampaikan edukasi mengenai aspek genetik pengobatan pada kesehatan mental dan edukasi pola asuh yang mengurangi tingkat stres pada anak. Metode pelaksanaan berupa seminar tatap muka sekaligus mengukur pengetahuan kepada orang tua melalui *pretest* dan *posttest*. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di Ruang Tunggu Poliklinik Anak Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Berdasarkan hasil nilai *pre-post test* penyuluhan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rerata pengetahuan orang tua/wali pada peserta baik mengenai aspek genetik terhadap pengobatan pada kesehatan mental maupun pola asuh yang menurunkan tingkat stres pada anak. Faktor genetik seperti polimorfisme dan epigenetik dapat memengaruhi perkembangan gangguan mental. Selain faktor genetik, kesehatan mental anak juga dapat dipengaruhi oleh faktor luar seperti faktor keluarga seperti pola asuh. Kesimpulan dari edukasi mengenai aspek genetik terhadap pengobatan pada kesehatan mental dan pola asuh yang mengurangi tingkat stress sangat bermanfaat bagi orang tua/wali.

Kata Kunci: Edukasi, Genetik, Kesehatan Mental, Pola Asuh, Stres.

A. PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah masalah global yang mempengaruhi banyak orang, termasuk anak-anak (Khalijian et al., 2023). Anak-anak merupakan kelompok yang paling rentan dalam menghadapi

tekanan yang lebih besar dari lingkungan akademik, sosial, dan rumah mereka yang rumit sehingga dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental (Chagas Brandão et al., 2022). Berdasarkan temuan penelitian sebelumnya, beberapa penyebab depresi pada anak diketahui

karena kondisi psikososial, genetik, dan biologis; dimana genetika mempengaruhi lebih dari 60% kasus depresi berat (Dianovinina, 2018; Purves et al., 2020). Oleh karena itu, jika seseorang memiliki riwayat depresi dalam keluarganya, mereka lebih berpotensi pula mengalami gangguan mental.

Hampir seluruh orang tua pada dasarnya menginginkan yang terbaik untuk anak-anaknya. Namun tidak jarang orang tua malah melakukan kesalahan dalam mengasuh anak-anaknya. Beberapa kesalahan ini seperti memberi anak-anak terlalu banyak pilihan, membuat mereka terlalu sibuk, berpikir kecerdasan adalah yang paling utama, menyembunyikan topik sensitif seperti seks, terlalu sering mengkritik, dan terlalu protektif terhadap anak (Wida et al., 2022). Pola asuh yang demikian merupakan kondisi psikososial yang diciptakan oleh orang tua, yang tanpa mereka sadari sebagai salah satu penyebab akan muncul stres pada anak yang berujung pada gangguan mental.

Menurut (Marisa et al., 2018), keluarga merupakan sumber utama terkait aktivitas seseorang. Keluarga yang dimaksud disini adalah keluarga yang kita kenal sejak kita lahir, yaitu orang tua kita (ibu dan ayah). Cara orang tua mendidik anak sangat memengaruhi pemahaman mereka tentang diri mereka sendiri. Metode pengajaran orang tua ini dikenal sebagai pola asuh (Vona & Aviory, 2020).

Dalam keluarga, anak-anak melihat dan meniru orang tua mereka. Oleh karena itu, setiap pola pengasuhan tidak hanya harus membuat anak merasa nyaman, tetapi juga harus diperkuat dengan membatasi kebiasaan agar anak tidak melakukan hal-hal yang tidak pantas. Masalah dan konflik dapat muncul dalam diri anak, antara anak dengan orang tuanya, dan terhadap lingkungannya jika pola pengasuhan anak tidak dilakukan dengan baik dan benar (Wida et al., 2022).

Struktur keluarga tradisional juga telah diubah oleh perubahan masyarakat seperti tekanan kehidupan digital, rumah tangga berpenghasilan ganda, dan meningkatnya kesenjangan sosial. Orang tua yang sering kali menjalankan banyak peran mungkin kesulitan memberikan dukungan emosional yang konsisten yang dibutuhkan anak-anak mereka. Selain itu, kemajuan teknologi yang pesat telah mengubah pengalaman masa kanak-kanak, yang sering kali membuat orang tua tidak yakin tentang cara terbaik untuk membimbing anak-anak mereka melalui tantangan baru ini. Memahami bagaimana gaya hidup keluarga memengaruhi kesehatan mental anak-anak menjadi semakin penting seiring dengan terus berkembangnya perubahan masyarakat ini (Indirayanti et al., 2024).

Keseimbangan perasaan, pikiran, dan perilaku yang ideal memungkinkan anak-anak untuk unggul dalam aspek akademik, sosial, dan pribadi kehidupan sekolah (Khotimah et al., 2022). Anak diharapkan memiliki kemampuan untuk mengelola stres, menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, dan memiliki pemahaman diri yang realistik (BÜLBÜL & ODACI, 2023).

Pengetahuan dan pemahaman orang tua tentang pentingnya mengenal faktor genetik maupun pola pengasuhan yang benar pada anak diharapkan dapat memberikan solusi berdasarkan kajian akademik atas kebutuhan, tantangan maupun persoalan yang dihadapi masyarakat terutama orang tua yang memiliki anak usia sekolah hingga remaja. Pengetahuan ini diharapkan dapat membentuk masyarakat yang bertanggung jawab dan mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas sehingga dapat memulai dari rumah sebagai wahana terkecil dalam menciptakan anak dan remaja yang berkualitas. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang aman dan oleh pengasuh yang ramah lebih cenderung memiliki kesehatan emosional yang baik (Amalia & Hamid, 2020). Oleh karena itu, orang tua harus menyadari dampak pola asuh mereka terhadap anak-anak mereka dan bekerja untuk membuat lingkungan dimana anak-anak mereka dapat tumbuh dengan kesehatan mental yang baik (Indirayanti et al., 2024).

Pengabdian ini bertujuan untuk menyampaikan edukasi tentang aspek genetik pengobatan untuk kesehatan mental dan pendidikan pola asuh yang mengurangi tingkat stres pada anak.

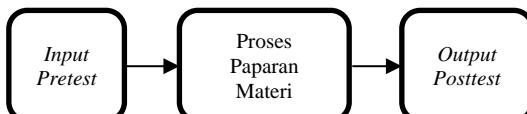
B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Kamis, 24 Oktober 2024 pukul 10.00 WIB di Ruang Tunggu Poliklinik Anak Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang (RSMP) dengan sasaran responden adalah orang tua/wali pasien anak yang sedang menjalani pengobatan. Total jumlah responden sebanyak 22 (dua puluh dua) orang.

Metode pelaksanaan pada kegiatan pengabdian ini berupa penyuluhan dengan penyampaian materi dari 2 (dua) orang narasumber. Untuk mengetahui pengetahuan umum orang tua/wali, tim melaksanakan *pretest* dengan memberikan 5 (lima) soal pilihan ganda untuk dikerjakan. Setelah materi disampaikan oleh narasumber, dilanjutkan dengan diskusi interaktif. Untuk menilai pemahaman orang tua/wali setelah diberikan penyuluhan, tim melaksanakan *posttest* dengan memberikan 5 (lima) soal pilihan ganda untuk dikerjakan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian dengan judul "Edukasi Mengenai Aspek Genetik Pengobatan Kesehatan Mental dan Pola Asuh yang Mengurangi Tingkat Stres Pada Anak" ini dilaksanakan oleh 3 (tiga) dosen tetap Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang (FK UM Palembang) yang dipimpin oleh 1 (satu) orang ketua, 2 (dua) orang anggota dosen dan 2 (dua) mahasiswa Program Studi Kedokteran FK UM Palembang. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis, 24 Oktober 2024 pukul 10.00 WIB di Ruang Tunggu Poliklinik Anak RSMP. Kegiatan ini diikuti oleh 22 (dua puluh dua) peserta yang merupakan orang tua/wali pasien anak yang dirawat di Poliklinik Anak RSMP. Kegiatan ini dibuka oleh ketua tim.



Gambar 1. Kerangka Kerja Pemecahan Masalah



Gambar 2. Pengerjaan Soal Pretest



Gambar 3. Penyampaian Materi Oleh Narasumber

Sebelum materi dipaparkan, peserta diminta untuk mengerjakan 5 (lima) soal *pretest* pilihan ganda untuk menilai pengetahuan umum peserta yang dipandu oleh anggota tim. Selanjutnya, pemaparan materi pertama adalah tentang "Aspek Genetik Pengobatan dalam Kesehatan Mental". Untuk presentasi materi kedua tentang "Pola Asuh yang Mengurangi Tingkat Stres pada Anak".

Setelah materi yang disampaikan oleh tim, para peserta sangat antusias dalam mengajukan pertanyaan mengenai materi yang berkaitan dengan presentasi. Kegiatan diakhiri dengan *post test* dan foto bersama. Diharapkan kegiatan ini dapat berkelanjutan pada tahap penelitian selanjutnya.

Tabel 1. Skor *Pre-post Test* Penyuluhan

No	Materi	Nilai Pretest (%)	Nilai Post Test (%)
1	Presentasi Materi 1: Aspek Genetik Pengobatan dalam Kesehatan Mental	73,18	94,54
2	Presentasi Materi 2: Pola Asuh yang Mengurangi Tingkat Stres pada Anak	75,91	92,72

Berdasarkan hasil *pre-post test* penyuluhan pada tabel 1, menunjukkan bahwa terjadi peningkatan persentase nilai pengetahuan orang tua/wali, baik mengenai materi aspek genetik pengobatan dalam kesehatan mental maupun pola asuh yang mengurangi tingkat stres pada anak.

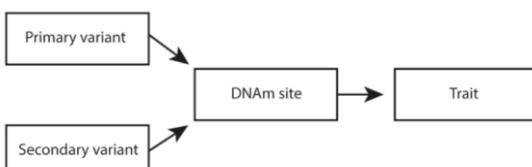
Kesehatan mental pada anak didefinisikan sebagai kondisi psikologis dan emosional yang meliputi stabilitas mental, ketahanan terhadap stres, dan kemampuan untuk mengatasi masalah kehidupan sehari-hari. Anak-anak dapat unggul dalam aspek akademik, sosial, dan pribadi kehidupan sekolah jika mereka memiliki keseimbangan yang ideal antara perasaan, pikiran, dan perilaku mereka (Khotimah et al., 2022).



Gambar 4. Edukasi Kepada Orang Tua/Wali Pasien di Ruang Tunggu RSMP

Kesehatan mental anak-anak sulit dikenali. Jika kesehatan mental anak terpenuhi, mereka akan memiliki kemampuan untuk berpikir jernih, berkembang sesuai dengan usianya, dan ingin mempelajari keterampilan tertentu. Beberapa penyakit mental ditemukan sebelum usia 18 tahun, sering muncul pertama kali di masa kanak-kanak sebagai masalah emosional, perilaku, dan perkembangan saraf (Solmi et al., 2022). Ini menunjukkan bahwa kehidupan awal adalah kesempatan untuk deteksi, pencegahan, dan intervensi tepat waktu. Meskipun banyak faktor risiko pra dan pasca melahirkan telah diidentifikasi (misalnya, psikopatologi orang tua, kesulitan sosial-ekonomi, kesulitan masa kanak-kanak) asosiasi dengan hasil kesehatan mental anak dan remaja jauh dari mudah, dengan kesetaraan (yaitu, beberapa risiko yang terkait dengan hasil yang sama) dan multifinalitas (faktor risiko yang sama yang terkait dengan beberapa hasil) mewakili norma daripada pengecualian (Barker et al., 2018).

Faktor genetik seperti polimorfisme dan epigenetik dapat mempengaruhi perkembangan gangguan mental. Proses epigenetik yang terlibat dalam regulasi gen mewakili sistem biologis yang sangat menarik terkait dengan interaksi dinamika gen, lingkungan, dan perkembangan. Metilasi DNA (DNAm) saat ini adalah proses epigenetik yang paling banyak diselidiki dan paling dipahami, karena relatif mudah dan hemat biaya untuk diukur dalam skala besar. DNAm melibatkan penambahan molekul metil ke pasangan basa DNA, biasanya dalam konteks sitosin-guanin (CpG) dinukleotida. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa DNAm: (1) sebagian berada di bawah kendali genetik (Min et al., 2021); (2) kepekaan terhadap pengaruh lingkungan yang dimulai pada kehamilan (misalnya, paparan makanan, bahan kimia, dan psikososial) (Cowley et al., 2018; González-Peña et al., 2021; Rijlaarsdam et al., 2022); (3) dinamis, memainkan peran penting dalam perkembangan (saraf) (Mulder et al., 2021); dan bahwa (4) penyimpangan dalam DNAm dikaitkan dengan berbagai hasil pemeriksaan kesehatan, termasuk gangguan kejiwaan (Liu et al., 2018). Akibatnya, DNAm adalah mekanisme yang mendasari interaksi gen, lingkungan, dan perkembangan dalam psikopatologi.



Gambar 5. Untuk Menilai Situs yang Memiliki Varian Kausal dan Sifat Berpotensi Karena Situs Tersebut Berada di Jalur Kausal ke Sifat Tersebut (Min et al., 2021).

Purves et al., (2020) menerangkan bahwa genetika mempengaruhi lebih dari 60% kasus depresi berat, dimana dapat disimpulkan bahwa seseorang dengan riwayat depresi dalam keluarga, memiliki potensi lebih besar mengalami gangguan mental pada generasi berikutnya.

Selain faktor genetik, kesehatan mental anak juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal, misalnya faktor keluarga seperti pola pengasuhan pada anak.

Meningkatnya masalah kesehatan mental pada anak-anak telah dikaitkan dengan berbagai faktor protektif dan risiko yang terkait dengan berbagai pola asuh dalam keluarga (Indirayanti et al., 2024).

Ada 3 jenis pola pengasuhan antara lain pola pengasuhan otoriter, permisif, dan demokratis. Pola asuh yang otoriter mengutamakan kepemimpinan yang ketat, sehingga anak dapat mengalami kesulitan berinteraksi secara sosial yang dapat mengakibatkan anak kurang mandiri (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2024). Orang tua yang otoriter cenderung menggunakan cara yang lebih ketat dan kurang responsif. Mereka seringkali menetapkan harapan yang tidak realistik bagi anak-anak sesuai dengan usia mereka dan berkomunikasi dengan cara yang lebih menekankan, tidak memungkinkan pendapat anak-anak untuk didengarkan. Hal ini dapat menyebabkan anak menjadi kurang percaya diri dan berdampak negatif pada kesehatan mental mereka. Terlalu otoriter dapat menyebabkan efek psikologis yang negatif, seperti kecemasan atau agresi yang lebih besar pada anak (Indirayanti et al., 2024; Suryandari, 2020).

Pola asuh permisif dimana orang tua tidak memperhatikan anak, sehingga anak cenderung berteriak saat berbicara, suka berdebat, tidak menerima nasihat dan egois (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2024). Pola asuh yang permisif dapat menyebabkan ketidakpastian emosional, dimana anak merasa terabaikan atau terlalu ditekan. Pola asuh yang tidak terlibat atau acuh tak acuh juga dapat meningkatkan kemungkinan masalah kesehatan mental di masa depan. Anak-anak yang orang tuanya tidak aktif terlibat dalam kehidupan mereka seringkali merasa kesepian dan kurang mendapatkan dukungan emosional, yang dapat menyebabkan masalah psikologis seperti depresi dan kecemasan. Misalnya, penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang dibiarkan mengurus diri sendiri tanpa pengawasan atau dukungan emosional dari orang tua mereka dapat mengalami rasa rendah diri dan kesulitan membangun hubungan sosial. Mereka mungkin merasa bahwa orang tua tidak peduli dengan kesejahteraan mereka, yang dapat menyulitkan mereka untuk berinteraksi dengan orang lain (Indirayanti et al., 2024).

Sementara pola asuh demokratis yang mengutamakan pendapat anak cenderung lebih diperhatikan dan dihargai oleh orang tua, orang tua juga harus memberikan batasan. Pola pengasuhan ini dapat membuat anak menghormati pendapat orang lain dan secara terbuka mengungkapkan pendapatnya (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2024). Anak-anak dapat memperoleh kepercayaan diri dan keterampilan sosial yang baik melalui pola asuh yang demokratis, yang menekankan komunikasi yang jujur dan dukungan emosional. Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang positif dan mendukung biasanya memiliki kesehatan mental yang lebih baik karena mereka merasa dihargai dan diperhatikan. Sebagai contoh, anak-anak yang menerima dukungan dari orang tua ketika menghadapi tantangan di sekolah cenderung lebih mampu mengatasi stres akademik dan beradaptasi dengan baik dibandingkan dengan anak-anak yang dikritik keras atau diabaikan (Indirayanti et al., 2024).

Anak akan menerima pola pengasuhan yang baik jika pola pengasuhan memenuhi kebutuhan mereka. Pola asuh orang tua memengaruhi kemampuan anak untuk beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungannya sehingga anak-anak lebih mudah bergaul dengan teman-teman. Pola asuh orang tua dapat mencakup semua komunikasi dan interaksi yang terjadi antara anak dan orang tuanya. Dengan membimbing dan mendidik anak, orang tua dapat membentuk tingkah laku dan pengetahuan anak sehingga mereka menjadi individu yang baik. Anak-anak tumbuh dengan matang dan memenuhi harapan orang tua. Pola asuh orang tua adalah usaha rutin yang dilakukan dari waktu ke waktu (Vona & Aviory, 2020)

Faktor keluarga telah dikaitkan dengan berbagai hasil perkembangan dan dapat memberikan efek perlindungan atau berbahaya pada gejala kesehatan mental anak-anak (Katsantonis & Symonds, 2023). Prososialitas dapat meningkat pada masa kanak-kanak dan remaja awal dengan remaja yang biasanya mendapat skor lebih tinggi pada ukuran prososialitas (Malti & Dys, 2018). Meskipun keterampilan prososialitas dini muncul pada tahun kedua kehidupan, prososialitas menjadi lebih halus ketika anak berusia 5 tahun (Grueneisen & Warneken, 2022). Sebuah meta-analisis telah menunjukkan bahwa hubungan antara prososialitas dan internalisasi gejala kesehatan mental lebih kuat pada awal masa remaja tetapi berkang setelahnya (Memmott-Elison et al., 2020). Defisit prososial selama masa kanak-kanak memprediksi risiko yang lebih tinggi untuk perkembangan gejala kesehatan mental emosional pada masa remaja (Donohue et al., 2020).

Program pengasuhan paling efektif ketika kesehatan mental dini dipromosikan dalam sistem dan konteks yang lebih luas yang mengelilingi anak-anak dan keluarga mereka. Hal ini sering kali memerlukan cara kerja yang inovatif dan kolaboratif di pendidikan anak usia dini, sekolah, tim pengembangan anak multidisiplin, layanan kesehatan mental anak dan remaja dan perawatan sosial), seperti yang dapat dilihat dalam contoh baru-baru ini di lingkungan sekolah. Praktisi perawatan primer adalah pintu utama dalam pekerjaan ini, karena mereka melihat contoh harian tentang peran yang dimainkan oleh pengalaman dan hubungan awal dalam membentuk fondasi kesehatan selanjutnya. Melalui identifikasi dini dan rujukan yang tepat, pengaturan perawatan primer dapat membantu keluarga mengembangkan hubungan yang menawarkan anak-anak awal terbaik dalam hidup dan mengurangi beban masalah kesehatan mental bagi keluarga dan masyarakat (Ryan et al., 2017).

Orang tua/wali dapat mencegah stres pada anak dan remaja dengan berbagai cara seperti menghabiskan waktu bersama anak, mengurangi aktivitas anak, menciptakan suasana rumah yang nyaman, mendengarkan cerita setiap anak, dan mendampingi anak sebanyak-banyaknya. Namun, jika anak dan remaja sudah mengalami stres, orang tua dapat memberikan ruang untuk berekspresi, menghabiskan lebih banyak waktu untuk menenangkan anak, membuat kedekatan dengan anak dan komunikasi yang terbuka, menciptakan ciptakan keluarga yang harmonis, memberikan makanan yang sehat, mengenali penyebab, menghargai perasaan anak, membantu anak tidur rileks dan nyaman, mengenali dan ketahui penyebab stres anak, merencanakan tanggapan, menyegerakan selesaikan masalah, menjalin kerjasama dengan guru untuk atasi kendala di sekolah, dan menjadi tokoh panutan (Penyakit Tidak Menular Indonesia, 2019).

D. PENUTUP

Simpulan

Tercapai peningkatan persentase nilai pengetahuan orang tua/wali, baik mengenai materi aspek genetik pengobatan dalam kesehatan mental maupun pola asuh yang mengurangi tingkat stres pada anak.

Saran

Pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilanjutkan dengan penelitian untuk menilai potensi turunan genetik dan tingkat stres pada anak menggunakan aplikasi skrining kesehatan mental.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada FK UM Palembang atas dukungan dan pendanaan kegiatan ini, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Palembang yang telah memberikan sponsor pendanaan penuh dan RSMP yang telah bersedia menjadi mitra untuk keberlangsungan kegiatan ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R., & Hamid, A. (2020). Adiksi smartphone, kesehatan mental anak, dan peranan pola asuh. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 221–240.
- Barker, E. D., Walton, E., & Cecil, C. A. M. (2018). Annual Research Review: DNA methylation as a mediator in the association between risk exposure and child and adolescent psychopathology. In *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines* (Vol. 59, Issue4). <https://doi.org/10.1111/jcpp.12782>
- BÜLBÜL, K., & ODACI, H. (2023). Analysis of Studies about Academic Anxiety: A Thematic Review. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(2), 370–384. <https://doi.org/10.18863/pgy.1124868>
- Chagas Brandão, L., Sanchez, Z. M., de O. Galvão, P. P., & da Silva Melo, M. H. (2022). Mental health and behavioral problems associated with video game playing among Brazilian adolescents. *Journal of Addictive Diseases*, 40(2), 197–207. <https://doi.org/10.1080/10550887.2021.1971941>
- Cowley, M., Skaar, D. A., Jima, D. D., Maguire, R. L., Hudson, K. M., Park, S. S., Sorrow, P., & Hoyo, C. (2018). Effects of cadmium exposure on DNA methylation at imprinting control regions and genome-wide in mothers and newborn children. *Environmental Health Perspectives*, 126(3). <https://doi.org/10.1289/EHP2085>
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 69–78. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.634>
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2024). *Pengaruh Parenting Pada Kesehatan Mental*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Donohue, M. R., Tillman, R., & Luby, J. (2020). Reparative Prosocial Behavior Difficulties across Childhood Predict Poorer Social Functioning and Depression in Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 48(8). <https://doi.org/10.1007/s10802-020-00646-3>
- González-Peña, S. M., Calvo-Anguiano, G., Martínez-De-villarreal, L. E., Ancer-Rodríguez, P. R., Lugo-Trampe, J. J., Saldivar-Rodríguez, D., Hernández-Almaguer, M. D., Calzada-Dávila, M., Guerrero-Orjuela, L. S., & Campos-Acevedo, L. D. (2021). Maternal folic acid intake and methylation status of genes associated with ventricular septal defects in children: Case-control study. *Nutrients*, 13(6). <https://doi.org/10.3390/nu13062071>
- Grueneisen, S., & Warneken, F. (2022). The development of prosocial behavior—from sympathy to strategy. In *Current Opinion in Psychology* (Vol. 43). <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.005>
- Indirayanti, I. G. A. T., Maulina, N., & Tobing, G. Y. (2024). Pengaruh pola asuh keluarga terhadap kesehatan mental anak. *PREPOTIF : JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 8(3), 5307–5310. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.35548>
- Katsantonis, I., & Symonds, J. E. (2023). Population heterogeneity in developmental trajectories of internalising and externalising mental health symptoms in childhood: differential effects of parenting styles. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 32. <https://doi.org/10.1017/S2045796023000094>
- Khalijian, S., Pordelan, N., Khamsehzadeh, S., Askari, A., & Heydari, H. (2023). Customization and use of digital storytelling in providing online career counseling services to students with physical-motor disabilities: A mixed study. *Education and Information Technologies*, 28(9), 11351–11378. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11658-z>
- Khotimah, W. Q., Agustini, V. D., & Tiara, A. (2022). Kampanye Kesehatan Mental Melalui Meme: Edukasi Komunikasi Asertif di Kalangan Siswa SMAN 6 Kota Tangerang. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 76–83. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol4.iss2.art3>

- Liu, C., Jiao, C., Wang, K., & Yuan, N. (2018). DNA Methylation and Psychiatric Disorders. In *Progress in Molecular Biology and Translational Science* (Vol. 157). <https://doi.org/10.1016/bs.pmbts.2018.01.006>
- Malti, T., & Dys, S. P. (2018). From being nice to being kind: development of prosocial behaviors. In *Current Opinion in Psychology* (Vol. 20). <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.07.036>
- Marisa, C., Fitriyanti, E., & Utami, S. (2018). Hubungan pola asuh orangtua dengan motivasi belajar remaja. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 6(1), 25. <https://doi.org/10.29210/118700>
- Memmott-Elison, M. K., Holmgren, H. G., Padilla-Walker, L. M., & Hawkins, A. J. (2020). Associations between prosocial behavior, externalizing behaviors, and internalizing symptoms during adolescence: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 80. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.012>
- Min, J. L., Hemani, G., Hannon, E., Dekkers, K. F., Castillo-Fernandez, J., Luijk, R., Carnero-Montoro, E., Lawson, D. J., Burrows, K., Suderman, M., Bretherick, A. D., Richardson, T. G., Klughammer, J., Iotchkova, V., Sharp, G., Al Khleifat, A., Shatunov, A., Iacoangeli, A., McArdle, W. L., ... Relton, C. L. (2021). Genomic and phenotypic insights from an atlas of genetic effects on DNA methylation. *Nature Genetics*, 53(9). <https://doi.org/10.1038/s41588-021-00923-x>
- Mulder, R. H., Neumann, A., Cecil, C. A. M., Walton, E., Houtepen, L. C., Simpkin, A. J., Rijlaarsdam, J., Heijmans, B. T., Gaunt, T. R., Felix, J. F., Jaddoe, V. W. V., Bakermans-Kranenburg, M. J., Tiemeier, H., Relton, C. L., Van Ijzendoorn, M. H., & Suderman, M. (2021). Epigenome-wide change and variation in DNA methylation in childhood: Trajectories from birth to late adolescence. *Human Molecular Genetics*, 30(1). <https://doi.org/10.1093/hmg/ddaa280>
- Penyakit Tidak Menular Indonesia. (2019). *Tips Kelola Stres Pada Anak & Remaja*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/tips-mengelola-stres-pada-anak-yuk-simak-penjelasan-berikut>
- Purves, K. L., Coleman, J. R. I., Meier, S. M., Rayner, C., Davis, K. A. S., Cheesman, R., Bækvad-Hansen, M., Børglum, A. D., Wan Cho, S., Jürgen Deckert, J., Gaspar, H. A., Bybjerg-Grauholt, J., Hettema, J. M., Hotopf, M., Hougaard, D., Hübel, C., Kan, C., McIntosh, A. M., Mors, O., ... Eley, T. C. (2020). A major role for common genetic variation in anxiety disorders. *Molecular Psychiatry*, 25(12), 3292–3303. <https://doi.org/10.1038/s41380-019-0559-1>
- Rijlaarsdam, J., Cecil, C. A. M., Relton, C. L., & Barker, E. D. (2022). Epigenetic profiling of social communication trajectories and co-occurring mental health problems: A prospective, methylome-wide association study. *Development and Psychopathology*, 34(3). <https://doi.org/10.1017/S095457942001662>
- Ryan, R., O'Farrelly, C., & Ramchandani, P. (2017). Parenting and child mental health. *London Journal of Primary Care*, 9(6), 86–94. <https://doi.org/10.1080/17571472.2017.1361630>
- Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Salazar de Pablo, G., Il Shin, J., Kirkbride, J. B., Jones, P., Kim, J. H., Kim, J. Y., Carvalho, A. F., Seeman, M. V., Correll, C. U., & Fusar-Poli, P. (2022). Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. In *Molecular Psychiatry* (Vol. 27, Issue 1). <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>
- Suryandari, S. (2020). PENGARUH POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP KENAKALAN REMAJA. *JIPD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)*, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.36928/jipd.v4i1.313>
- Vona, A., & Aviory, K. (2020). Peran pola asuh orang tua dalam membentuk konsep diri pada anak. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 6(1), 50. <https://doi.org/10.26858/talenta.v6i1.14532>
- Wida, E. K., Istiningih, S., & Nurwahidah. (2022). Pengaruh pola asuh orangtua terhadap kondisi mental anak. *Renjana Pendidikan Dasar*, 2(1). <https://prospek.unram.ac.id/index.php/renjana/article/view/215/151>