

**PENGARUH PARENTAL BURNOUT (KELELAHAN ORANG TUA) IBU TERHADAP
EMOTIONAL REGULATION (REGULASI EMOSI) ANAK USIA 4-6 TAHUN DI KOTA GRESIK**

Anggi Triwulandhari, Wulan Patria Saroinsong, Muhammad Reza, Suharti

Universitas Negeri Surabaya

Email: anggi.22039@mhs.unesa.ac.id

ABSTRACT

Emotional regulation is an essential ability in early childhood that influences children's social and psychological development. However, this ability is still developing and is highly dependent on parental support. One factor that may affect children's emotional regulation is parental burnout, a condition of emotional exhaustion caused by prolonged parenting demands. This study aims to examine the effect of maternal parental burnout on the emotional regulation of children aged 4–6 years. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The research was conducted in Gresik, with 400 mothers of children aged 4–6 years as participants. Data were collected using questionnaires, including a parental burnout scale (23 items, score range 0–6) and an emotional regulation scale (15 items, score range 1–4). The instruments were developed based on relevant theoretical dimensions. Data analysis was performed using simple linear regression. The results showed that maternal parental burnout has a negative and significant effect on children's emotional regulation ($R = 0.675$; $R^2 = 0.456$; $p < 0.05$). This indicates that higher levels of parental burnout are associated with lower emotional regulation in children. Parental burnout contributed 45.6% to the variance in emotional regulation, while 54.4% was influenced by other factors. In conclusion, maternal psychological well-being plays an important role in the development of children's emotional regulation. It is recommended that parents receive adequate social and psychological support to reduce burnout and optimize children's emotional development.

Keyword : Parental burnout, emotional regulation, early childhood, parenting, maternal well-being.

ABSTRAK

Regulasi emosi merupakan kemampuan penting pada anak usia dini yang berperan dalam perkembangan sosial dan psikologis anak. Namun, kemampuan ini masih dalam tahap perkembangan sehingga sangat dipengaruhi oleh lingkungan, terutama kondisi psikologis orang tua. Salah satu faktor yang diduga berpengaruh adalah *parental burnout*, yaitu kondisi kelelahan emosional akibat tuntutan pengasuhan yang berkepanjangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh parental burnout ibu terhadap regulasi emosi anak usia 4–6 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian dilakukan di Gresik dengan subjek sebanyak 400 ibu yang memiliki anak usia 4–6 tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, yaitu skala parental burnout (23 item, rentang skor 0–6) dan skala regulasi emosi anak (15 item, rentang skor 1–4) yang disusun berdasarkan dimensi teoritis yang relevan. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa parental burnout ibu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap regulasi emosi anak ($R = 0,675$; $R^2 = 0,456$; $p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat parental burnout, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosi anak. Parental burnout memberikan kontribusi sebesar 45,6%, sedangkan 54,4% dipengaruhi oleh

faktor lain. Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis ibu berperan penting dalam perkembangan regulasi emosi anak. Oleh karena itu, disarankan adanya dukungan sosial dan psikologis bagi orang tua guna mengurangi burnout dan mendukung perkembangan emosi anak secara optimal.

Kata kunci : Parental burnout, regulasi emosi, anak usia dini, pengasuhan, kesejahteraan ibu.

PENDAHULUAN

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk memantau, mengevaluasi, dan mengelola respons emosional agar sesuai dengan tuntutan situasi (Thompson, 1994). Menurut James J. Gross (2014), regulasi emosi adalah proses bagaimana individu membentuk emosi yang dirasakan, kapan emosi tersebut muncul, serta bagaimana emosi tersebut dialami dan diekspresikan. Pada anak usia dini, kemampuan ini masih dalam tahap perkembangan sehingga sangat bergantung pada dukungan lingkungan terdekat, khususnya orang tua. Oleh karena itu, regulasi emosi menjadi aspek penting dalam perkembangan anak karena berperan dalam membentuk kontrol diri dan kesejahteraan psikologis.

Permasalahan regulasi emosi pada anak usia dini masih menjadi isu yang perlu mendapat perhatian. Data World Health Organization (2017) menunjukkan bahwa sekitar 2–25% anak prasekolah mengalami masalah perkembangan emosional, dengan 11–15% di antaranya mengalami gangguan regulasi emosi (Fanny dkk., 2023). Penelitian Draupadi (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar anak berada pada kategori regulasi emosi tidak baik, sementara penelitian Cindy dan Hendriati (2022) juga menemukan bahwa masih terdapat anak usia 4–6 tahun dengan tingkat regulasi emosi sedang hingga rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi anak belum berkembang secara optimal dan berpotensi berdampak pada

kesehatan psikologis maupun sosial anak di masa depan.

Secara teoritis, regulasi emosi berkembang melalui interaksi sosial dan proses *co-regulation*, di mana anak belajar mengelola emosi melalui bimbingan orang dewasa. Dalam *Process Model of Emotion Regulation*, Gross dan Thompson (2007) menjelaskan bahwa regulasi emosi melibatkan berbagai strategi seperti pengalihan perhatian dan modulasi respons. Namun, pada anak usia dini kemampuan ini belum berkembang secara optimal sehingga anak sangat bergantung pada kualitas pengasuhan. Hal ini sejalan dengan teori kelekatan oleh Bowlby (1969) yang menekankan pentingnya hubungan emosional yang aman antara anak dan orang tua dalam mendukung perkembangan regulasi emosi.

Salah satu faktor yang memengaruhi kualitas pengasuhan adalah kondisi psikologis orang tua, termasuk stres pengasuhan yang dapat berkembang menjadi parental burnout. Parental burnout merupakan sindrom kelelahan emosional akibat stres berkepanjangan dalam pengasuhan yang ditandai dengan kelelahan ekstrem, distansi emosional terhadap anak, serta perasaan tidak efektif sebagai orang tua (Roskam & Mikolajczak, 2021). Kondisi ini muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan dan sumber daya yang dimiliki orang tua (*Balance Between Risks and Resources*). Dalam konteks Indonesia, beban pengasuhan masih didominasi oleh ibu, sehingga meningkatkan risiko burnout.

Data menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan masih terbatas, yang berkontribusi terhadap meningkatnya tekanan pada ibu.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa parental burnout berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan dan kesejahteraan anak. Mikolajczak dan Roskam (2018) menemukan bahwa parental burnout dapat menurunkan responsivitas orang tua dan meningkatkan risiko masalah emosional anak. Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh parental burnout terhadap regulasi emosi anak usia dini masih terbatas, khususnya dalam konteks lokal Indonesia. Hal ini menunjukkan adanya *research gap* yang perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh parental burnout ibu terhadap regulasi emosi anak usia 4–6 tahun di Kota Gresik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami pentingnya kesehatan mental orang tua dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak serta menjadi dasar dalam pengembangan intervensi yang lebih efektif dalam konteks pengasuhan anak usia dini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal komparatif (*ex post facto*) untuk mengkaji hubungan sebab akibat antara variabel parental burnout sebagai variabel independen (X) dan regulasi emosi anak usia dini sebagai variabel dependen (Y). Pengumpulan data dilakukan melalui metode survei menggunakan kuesioner yang disebarkan kepada orang tua yang memiliki anak usia 4–6 tahun. Pendekatan survei dipilih karena mampu menjangkau jumlah

responden yang besar serta memungkinkan peneliti mengidentifikasi hubungan antar variabel psikologis secara sistematis (Sugiyono, 2019).

Instrumen penelitian terdiri dari skala parental burnout dan skala regulasi emosi anak yang disusun berdasarkan dimensi teoritis yang relevan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik inferensial, meliputi analisis korelasi dan regresi linier sederhana untuk mengetahui besaran serta arah pengaruh antar variabel. Analisis ini digunakan untuk menguji sejauh mana parental burnout ibu berkontribusi terhadap regulasi emosi anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 400 ibu yang memiliki anak usia 4–6 tahun di Kota Gresik. Karakteristik responden menunjukkan mayoritas ibu berada pada rentang usia 30–35 tahun (26,25%) dengan sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga (49,5%). Berdasarkan karakteristik anak, mayoritas berusia 6 tahun (43,5%) dengan proporsi jenis kelamin relatif seimbang. Komposisi ini menunjukkan bahwa sampel penelitian cukup representatif dalam menggambarkan kondisi ibu dengan latar belakang yang beragam.

Hasil uji instrumen menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel parental burnout (23 item) dan regulasi emosi (15 item) dinyatakan valid dengan nilai r hitung $>$ r tabel. Uji reliabilitas juga menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik, dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,967 untuk parental burnout dan 0,923 untuk regulasi emosi.

Analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel parental burnout memiliki nilai rata-rata sebesar 68,20 (SD = 29,97) dengan rentang skor 0–138, yang berada pada kategori sedang. Sementara itu, variabel regulasi emosi anak memiliki nilai rata-rata sebesar 37,39 (SD = 9,85) dengan rentang skor 15–60, yang juga berada pada kategori sedang. Hasil analisis deskriptif tersebut akan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Parental burnot	400	2.00	129.00	68.2000	29.97058
regulasi emosi	400	17.00	60.00	37.3900	9.84582
Valid N (listwise)	400				

Data tersebut menunjukkan bahwa secara umum tingkat parental burnout dan regulasi emosi anak berada pada kategori sedang. Hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa parental burnout berpengaruh negatif dan signifikan terhadap regulasi emosi anak usia dini. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,456 menunjukkan bahwa 45,6% variasi regulasi emosi anak dapat dijelaskan oleh parental burnout, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Hasil analisis regresi disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana

Variabel	B	t	Sig.	R	R^2
Parental Burnout	-0,222	-18,261	0,000	0,675	0,456

Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa parental burnout berpengaruh negatif dan signifikan terhadap regulasi emosi anak usia dini. Nilai koefisien regresi ($\beta = -0,222$; $p < 0,05$) menunjukkan

bahwa setiap peningkatan parental burnout diikuti dengan penurunan kemampuan regulasi emosi anak. Selain itu, nilai F sebesar 333,459 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa model regresi signifikan, dengan kontribusi sebesar 45,6% ($R^2 = 0,456$). Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *parental burnout* ibu di Kota Gresik berada pada kategori sedang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa secara umum ibu telah mengalami tekanan emosional dalam pengasuhan, meskipun belum mencapai tingkat kelelahan yang ekstrem. Kategori sedang mencerminkan adanya stres pengasuhan yang berlangsung secara berkelanjutan dengan intensitas moderat, yang apabila tidak dikelola dengan baik berpotensi berkembang menjadi kondisi burnout yang lebih berat. Secara konseptual, *parental burnout* merupakan bentuk kelelahan kronis dalam peran sebagai orang tua yang muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan dan sumber daya yang dimiliki. Roskam dan Mikolajczak (2018) menjelaskan bahwa kondisi ini terjadi ketika tuntutan pengasuhan yang tinggi tidak diimbangi dengan dukungan emosional maupun sosial yang memadai. Dalam konteks ibu yang memiliki anak usia dini, tuntutan tersebut cenderung lebih tinggi karena anak masih membutuhkan pendampingan intensif dalam berbagai aspek perkembangan.

Karakteristik perkembangan anak usia dini yang ditandai dengan emosi yang belum stabil, seperti tantrum, impulsivitas, dan kebutuhan perhatian yang tinggi, turut berkontribusi terhadap meningkatnya tekanan psikologis pada ibu. Kondisi ini

semakin kompleks ketika ibu menjalankan peran ganda, baik di ranah domestik maupun profesional. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mikolajczak dkk. (2019) yang menunjukkan bahwa tingginya keterlibatan dalam pengasuhan tanpa dukungan yang memadai dapat meningkatkan risiko burnout pada orang tua. Selain itu, Roskam dkk. (2021) juga menemukan bahwa ibu lebih rentan mengalami *parental burnout* dibandingkan ayah karena tingginya intensitas keterlibatan dalam pengasuhan sehari-hari. Penelitian Putri dan Handayani (2020) memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa rendahnya dukungan sosial berkaitan dengan meningkatnya stres pengasuhan, sedangkan Griffith (2020) menegaskan bahwa tekanan pengasuhan dipengaruhi oleh kombinasi antara karakteristik anak, peran ganda ibu, serta kondisi psikologis yang dimiliki. Dalam konteks budaya Indonesia, khususnya di Jawa Timur, peran ibu sebagai pengasuh utama masih sangat dominan, sehingga norma sosial yang menuntut ibu untuk menjalankan peran secara optimal berpotensi memperbesar tekanan psikologis yang dirasakan.

Di sisi lain, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi anak usia 4–6 tahun berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa anak telah memiliki kemampuan dasar dalam mengontrol, mengelola, dan mengekspresikan emosi, namun kemampuan tersebut belum berkembang secara optimal. Secara teoretis, regulasi emosi menurut Gross merupakan proses individu dalam memantau, mengevaluasi, serta memodifikasi respons emosional agar sesuai dengan tuntutan situasi. Pada anak usia dini, kemampuan ini masih dalam tahap perkembangan sehingga anak belum

mampu mengelola emosinya secara mandiri dan masih sangat bergantung pada bimbingan orang tua. Anak mulai belajar menahan reaksi emosional, menenangkan diri, serta mengekspresikan emosi secara lebih adaptif, meskipun dalam kondisi tertentu masih menunjukkan respons impulsif seperti marah atau menangis secara spontan. Temuan ini tergolong wajar apabila dikaitkan dengan tahap perkembangan anak usia prasekolah, di mana fungsi eksekutif otak yang berperan dalam kontrol diri belum berkembang secara optimal. Seiring bertambahnya usia dan pengalaman sosial, kemampuan regulasi emosi akan berkembang melalui interaksi dengan lingkungan, terutama orang tua. Hal ini didukung oleh penelitian Zimmermann dan Iwanski (2014) yang menyatakan bahwa regulasi emosi pada masa kanak-kanak memiliki peran penting dalam perkembangan sosial dan psikologis di masa depan. Selain itu, Liang dkk. (2022) menemukan bahwa keterlibatan emosional orang tua berpengaruh signifikan terhadap kemampuan anak dalam mengelola emosi secara adaptif. Anak yang tumbuh dalam lingkungan yang responsif secara emosional cenderung memiliki regulasi emosi yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang kurang mendapatkan dukungan emosional. Sejalan dengan itu, Rihatno dan Nuraini (2019) menunjukkan bahwa meskipun anak mengikuti layanan pendidikan seperti *playgroup* dan *daycare*, kualitas keterlibatan orang tua tetap menjadi faktor dominan dalam perkembangan sosial-emosional anak. Hal ini diperkuat oleh Suharti (2017) yang menegaskan bahwa lingkungan pengasuhan yang kondusif serta konsistensi dalam interaksi sehari-hari berperan penting dalam mendukung perkembangan anak.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *parental burnout* ibu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap regulasi emosi anak usia 4–6 tahun. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat burnout yang dialami ibu, maka semakin rendah kemampuan anak dalam mengontrol, mengelola, dan mengekspresikan emosinya. Temuan ini menegaskan bahwa kondisi psikologis ibu dalam menjalankan peran pengasuhan memiliki keterkaitan erat dengan perkembangan regulasi emosi anak. Ibu yang mengalami kelelahan emosional cenderung memiliki keterbatasan energi psikologis untuk memberikan respons yang sensitif, sabar, dan konsisten terhadap kebutuhan emosional anak. Padahal, pada usia dini anak masih sangat membutuhkan pendampingan dalam proses pembelajaran regulasi emosi. Menariknya, meskipun hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa *parental burnout* dan regulasi emosi anak sama-sama berada pada kategori sedang, hasil analisis inferensial tetap menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan tingkat burnout tetap berkontribusi terhadap penurunan kemampuan regulasi emosi anak, sehingga kategori sedang hanya menggambarkan kondisi umum responden dan tidak menghilangkan arah hubungan antar variabel.

Secara teoretis, regulasi emosi anak berkembang melalui proses *co-regulation*, di mana anak belajar mengelola emosi melalui interaksi dengan orang tua. Dalam kondisi *parental burnout*, kualitas interaksi tersebut cenderung menurun karena orang tua mengalami kelelahan emosional. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mikolajczak dkk. (2019) yang menunjukkan bahwa *parental*

burnout berkaitan dengan meningkatnya pola pengasuhan yang kurang responsif serta meningkatnya risiko gangguan perkembangan emosional pada anak. Fairuzillah dkk. (2023) juga menegaskan bahwa keterlibatan emosional dan kondisi psikologis orang tua berperan penting dalam membentuk kualitas interaksi dengan anak, yang pada akhirnya berdampak pada perkembangan sosial-emosional anak. Selain itu, Brooks-Gunn dan Markman (2016) menunjukkan bahwa stres orang tua berkorelasi negatif dengan kemampuan regulasi diri dan kompetensi sosial anak usia dini. Temuan ini sejalan dengan Eisenberg dkk. (2010) yang menyatakan bahwa kualitas regulasi emosi anak sangat dipengaruhi oleh respons emosional orang tua. Orang tua yang hangat dan responsif membantu anak mengembangkan strategi regulasi emosi yang adaptif, sedangkan kondisi emosional orang tua yang tidak stabil dapat menghambat perkembangan tersebut. Lebih lanjut, penelitian Patria dkk. (2020) menunjukkan bahwa kondisi psikologis orang tua memiliki kontribusi terhadap perkembangan keterampilan sosial anak, yang merupakan bagian penting dari perkembangan sosial-emosional dan berkaitan erat dengan regulasi emosi. Hal ini menegaskan bahwa kualitas interaksi pengasuhan menjadi faktor kunci dalam pembentukan kemampuan regulasi emosi anak sejak usia dini. Meskipun demikian, perlu dipahami bahwa regulasi emosi anak merupakan fenomena multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh *parental burnout*, tetapi juga oleh faktor lain seperti temperamen anak, lingkungan pendidikan, serta interaksi sosial di luar keluarga. Oleh karena itu, *parental burnout* tidak dapat dipandang sebagai satu-satunya faktor penentu. Penelitian ini memberikan

kontribusi empiris dalam konteks lokal Indonesia, khususnya pada ibu dengan anak usia dini di Kota Gresik, yang masih relatif terbatas dalam kajian mengenai hubungan antara *parental burnout* dan regulasi emosi anak. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa upaya menjaga kesehatan mental ibu dan mencegah *parental burnout* tidak hanya berdampak pada kesejahteraan orang tua, tetapi juga berperan penting dalam mendukung perkembangan regulasi emosi anak secara optimal.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *parental burnout* ibu dan regulasi emosi anak usia 4–6 tahun di Kota Gresik sama-sama berada pada kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa ibu telah mengalami tekanan emosional dalam pengasuhan pada tingkat moderat, sementara anak telah memiliki kemampuan dasar dalam mengontrol, mengelola, dan mengekspresikan emosi, meskipun belum berkembang secara optimal. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa *parental burnout* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap regulasi emosi anak. Semakin tinggi tingkat *parental burnout* yang dialami ibu, maka semakin rendah kemampuan regulasi emosi anak. Kontribusi *parental burnout* terhadap regulasi emosi anak sebesar 45,6%, yang menunjukkan bahwa kondisi psikologis ibu merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Temuan ini menegaskan bahwa kualitas pengasuhan yang dipengaruhi oleh kondisi emosional ibu memiliki peran penting dalam proses perkembangan regulasi emosi anak, terutama pada usia dini yang merupakan periode sensitif. Meskipun demikian, regulasi

emosi anak tidak hanya dipengaruhi oleh *parental burnout*, tetapi juga oleh faktor lain seperti karakteristik anak, lingkungan pendidikan, dan interaksi sosial. Dengan demikian, upaya pencegahan *parental burnout* melalui peningkatan dukungan sosial, kesadaran akan kesehatan mental orang tua, serta penguatan kualitas pengasuhan menjadi penting untuk mendukung perkembangan regulasi emosi anak secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Brooks-Gunn, J., Markman-Pithers, L., & Rouse, C. E. (2016). Starting early: Introducing the issue. *The Future of Children*, 26(2), 3–19. <https://doi.org/10.1353/foc.2016.0018>
- Cindy, B., & Hendriati, A. (2022). *Perbedaan Regulasi Emosi Anak Usia 4-6 Tahun Berdasarkan Emotional Style Ayah dan Ibu (Emotion Regulation of 4-6 Years Old Children Based on Father ' s and Mother ' s Emotional Style)*. 21(1), 62–73. <https://doi.org/10.24167/psidim.v21i1.3504>
- Drupadi, R. (2019). Hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial anak usia dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 2(3), 91–97. <https://doi.org/10.31004/aulad.v2i3.41>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495–525. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131208>
- Fairuzillah, M. N., Ilmiatun, N. J., Dirgantara, Y., Chaudhary, M. Z. I., & Suharti, S. Parents' Strategies in Educating the Young Children to Memorize the

- Qur'an. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 16(2)
- Fanny, S. D., Nadhiroh, A. M., & Taufiqoh, S. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah Usia 3-6 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Surabaya. *Sinar: Jurnal Kebidanan*, 5(1), 52–62. <https://doi.org/10.30651/sinar.v5i1.18873>.
- Griffith, A. K. (2022). Parental Burnout and Child Maltreatment During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Family Violence*, 37(5), 725–731. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00172-2>
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. Dalam J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (Edisi ke-2, hlm. 3–20). New York: Guilford Press
- Liang, Z., Zhang, G., & Wang, L. (2022). Parental influence on emotion regulation in early childhood: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, 845672. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.845672>
- Patria, W., Nurhenti, S., Nurul, S., Muhammad, K., Mochammad, S., & Wagino, N. (2020). Does Parent Perceived Could Predict Children Social Skill ? 503(Icecep 2019), 138–141.
- Putri, A. M., & Handayani, A. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak usia dini. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 120–130
- Roskam, I., & Bayot, M. (2022). *Parental Burnout Assessment (PBA) Parental Burnout Assessment (PBA)*. October. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-77644-2>
- Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arian, G., Artavia, M., & Avalosse, H. (2021). *Parental Burnout Around the Globe : a 42-Country Study*. 58–79.
- Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8(FEB). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>
- Suharti, S. (2017, December). Regular Habits and a Conducive Environment in The Treatment of Children with Delayed Speech Development. In *International Conference of Early Childhood Education (ICECE 2017)* (pp. 228-231). Atlantis Press.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: a Theme in Search of Definition. In *Monographs of the Society for Research in Child Development* (Vol. 59, Issues 2–3, pp. 25–52). <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276>.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood. *Emotion Review*, 6(2), 159–169. <https://doi.org/10.1177/1754073913512878>
-