

**Abstrak.** Pandemi *covid-19* menimbulkan perubahan aktivitas di masyarakat. Hal ini adalah pemicu kecemasan ibu yang berpengaruh pada kualitas pengasuhan. Kecemasan dapat dikelola dengan regulasi emosi yang baik. Penelitian kuasi eksperimen ini bertujuan untuk melakukan validasi isi dan fungsional terhadap “Modul Pelatihan Disiplin Positif-PLUS Berbasis Online” untuk meningkatkan keterampilan praktik pengasuhan disiplin positif dan regulasi emosi ibu dengan gejala kecemasan selama pandemi *covid-19* yang memiliki anak sekolah dasar. Pelatihan diikuti 9 partisipan pada kelompok eksperimen dan 5 partisipan pada kelompok kontrol. Berdasarkan hasil penelitian, modul pelatihan memiliki validitas isi dan fungsional yang baik. Modul pelatihan terbukti valid meningkatkan praktik pengasuhan disiplin positif, tetapi tidak terbukti meningkatkan regulasi emosi. Pada penelitian ini, menurunnya kecemasan bukan terjadi karena regulasi emosi yang lebih baik, tetapi karena manfaat terapeutik dari sesi *sharing* dan diskusi kelompok selama pelatihan. Kecemasan yang menurun diikuti meningkatnya praktik pengasuhan disiplin positif.

**Keywords:** *kecemasan, pandemi, pengasuhan disiplin positif, regulasi emosi*

**Abstract.** The covid-19 pandemic has led to changes in various community activities. This condition raises maternal anxiety which affects the quality of parenting. Anxiety can be managed with emotional regulation. This quasi-experimental study aims to test the content and functional validity of “Positive Discipline-PLUS Training Module (Online Based)” to improve positive discipline parenting practices and emotional regulation for mothers with anxiety symptoms during covid-19 pandemic who had primary school children. Participants in this study were 9 housewives in experimental group and 5 in control group. The module has good content and functional validity. The module has been proven valid to improve positive discipline parenting, but it is not proven to improve emotional regulation. The anxiety reduction was not due to better emotional regulation, but because of the therapeutic effects of sharing and group discussion sessions during the training. A decreased in anxiety is followed by an increase in positive discipline parenting practices.

**Keywords:** *anxiety, emotion regulation, pandemic, positive discipline parenting.*