

Indo Malebbie Sebagai Strategi Nurture Path dalam Mengurangi Parenting Stress dan Meningkatkan Confidence WBP

Andi Rosdaliani¹, Andi Muhammad Irfan Taufan Asfar^{1*}, Andi Muhammad Iqbal Akbar Asfar², Andi Hartina Halal³, Ayu Handira¹

Afiliasi Penulis

¹Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Muhammadiyah Bone, Indonesia

²Program Studi Teknik Kimia, Politeknik Negeri Ujung Pandang, Indonesia

³Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia, Universitas Muhammadiyah Bone, Indonesia

*Koresponden Penulis: Andi Muhammad Irfan Taufan Asfar

*Email: tauvanlewis00@gmail.com

Abstrak: Program *Indo Malebbie* dilaksanakan di Rutan Kelas IIB Sinjai sebagai upaya untuk memperkuat kesiapan reintegration sosial Ibu Binaan yang mengalami rendahnya *confidence* dan tingginya *parenting stress*. Program ini ditujukan kepada 10 Ibu Binaan dengan rentang usia 24–63 tahun dan difokuskan pada tiga aspek utama yaitu peningkatan *confidence*, penguatan pengasuhan dan pemberdayaan kewirausahaan. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan *Golden Circle (why, how and what)* melalui rangkaian 3 tahapan yaitu *tepperi aleta, ritungka'ka* dan *addakkangeng*. Hasil menunjukkan bahwa seluruh kegiatan terlaksana 100% dengan peningkatan (1) penghargaan diri dari 30% menjadi 87,5%, (2) peningkatan keyakinan peran ibu dari 31% menjadi 88,5% dan (3) peningkatan kemampuan komunikasi efektif dari 35% menjadi 84%, kemampuan *problem solving* dari 30% menjadi 89%, serta peningkatan pengetahuan kewirausahaan dari 26% menjadi 91%. Hasil ini menunjukkan bahwa *Indo Malebbie* berhasil membangun fondasi *confidence*, pola pengasuhan yang lebih sehat dan kemandirian ekonomi sebagai bekal penting dalam proses reintegration sosial pasca pembebasan.

Kata Kunci: Confidence; Parenting Stress; Kewirausahaan; Malebbie

Abstract: The *Indo Malebbie* program was implemented at the Class IIB Sinjai Detention Center as an effort to strengthen the readiness for social reintegration of foster mothers who experienced low confidence and high parenting stress. This program was aimed at 10 foster mothers aged 24–63 years and focused on three main aspects: increasing confidence, strengthening parenting, and empowering entrepreneurship. The implementation method used the *Golden Circle* approach (*why, how, and what*) through a series of 3 stages: *tepperi aleta, ritungka'ka*, and *addakkangeng*. The results showed that all activities were 100% implemented with an increase in (1) self-esteem from 30% to 87.5%, (2) an increase in confidence in the role of mother from 31% to 88.5%, and (3) an increase in effective communication skills from 35% to 84%, problem-solving skills from 30% to 89%, and an increase in entrepreneurial knowledge from 26% to 91%. These results indicate that *Indo Malebbie* has succeeded in building a foundation of confidence, healthier parenting patterns, and economic independence as important provisions in the post-release social reintegration process.

Keywords: Confidence; Parenting Stress; Entrepreneurship; Malebbie

1. PENDAHULUAN

Rumah Tahanan Negara (Rutan) Kelas IIB Sinjai yang berada di bawah Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia (Kemenkumham) menjadi mitra utama dalam pelaksanaan Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian kepada Masyarakat (PKM-PM). Program ini

diarahkan untuk memberdayakan narapidana, khususnya dalam mempersiapkan proses Reintegrasi Sosial setelah menyelesaikan masa pembinaan. Hasil observasi melalui wawancara dengan Kepala Rutan, Bapak Darman Syah, A.Md.I.P., S.H., M.H. menunjukkan adanya persoalan mendesak yang dialami oleh Ibu Binaan yaitu rendahnya kepercayaan diri (*lack confidence*) dan tingginya tingkat stres pengasuhan (*parenting stress*). Kedua masalah ini berdampak langsung pada kesiapannya menghadapi kehidupan setelah bebas serta mengembalikan peran sebagai seorang ibu.

Program PKM-PM Indo Malebbie menargetkan 10 Ibu Binaan yang berada di Biringere, Kecamatan Sinjai Utara dengan rentang usia 24–63 tahun. Ibu Binaan berasal dari latar belakang yang beragam, namun memiliki kesamaan dalam keterbatasan baik dalam pendidikan, tekanan psikologis, tantangan ekonomi, maupun beban sebagai orang tua. Data Rutan Perempuan Kelas IIB Sinjai tahun 2024 menunjukkan bahwa dari 10 narapidana perempuan, 6 di antaranya merupakan ibu dengan anak berusia 3–18 tahun, sedangkan 4 lainnya berada pada fase akhir masa tahanan (1–2 tahun). Permasalahan inti yang dialami mitra mencakup *parenting stress*, *lack confidence* dan kurangnya kesiapan hidup berkelanjutan (*sustainability of life*). Oleh karena itu, Program *Indo Malebbie* dirancang untuk memutus siklus masalah tersebut dengan meningkatkan kepercayaan diri, mengelola stres pengasuhan, serta membekali Ibu Binaan dengan keterampilan dan kesiapan mental untuk menghadapi kehidupan setelah pembebasan.



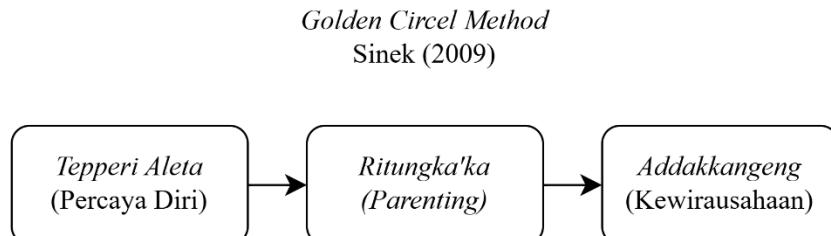
Gambar 1. Identifikasi permasalahan dan kebutuhan mitra.

Sebagian besar Ibu Binaan merasa ragu untuk kembali berbaur di masyarakat, bahkan untuk menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua. Perasaan terputus dari lingkungan, kehilangan identitas diri, serta rasa bersalah karena berpisah dengan anak memicu tekanan emosional yang berkepanjangan. Kondisi tersebut tidak hanya memengaruhi kesehatan psikologis Ibu Binaan, tetapi juga berdampak pada perkembangan emosional dan kualitas pengasuhan bagi anak-anaknya. Meskipun Rutan Kelas IIB Sinjai telah melakukan berbagai kegiatan pembinaan mental dan spiritual, upaya ini belum mampu menyentuh akar persoalan utama berupa lemahnya kepercayaan diri dan tingginya stres pengasuhan. Selain itu, minimnya dukungan keluarga dan lingkungan sosial memperburuk kekhawatiran para Ibu Binaan saat menghadapi stigma masyarakat sebagai mantan narapidana. Tidak sedikit di antara Ibu Binaan yang takut kembali ke keluarga karena khawatir ditolak atau dinilai negatif yang pada akhirnya memperberat kondisi psikologis dan kemampuan Ibu Binaan mempersiapkan masa depan.

Berdasarkan kondisi tersebut, dibutuhkan pendekatan yang secara langsung menargetkan penguatan kepercayaan diri dan pengelolaan stres pengasuhan. Melalui kesepakatan bersama mitra, solusi yang dipilih adalah pendekatan *nurture path*. Konsep ini menurut Marku, Miska dan Necaj (2024); Nugraha, Amir dan Nurkomala (2023) menekankan pentingnya dukungan emosional dan pemberdayaan individu untuk membangun keberlangsungan hidup. Pendekatan ini selaras dengan program Reintegrasi Sosial Rutan Kelas IIB Sinjai, Asta Cita poin 4 tentang pemberdayaan perempuan, PKM tematik poin 7 terkait kesetaraan gender, serta mendukung Tujuan Pembangunan Berkelanjutan yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup.

2. METODE

Metode pelaksanaan PKM-PM dilakukan dengan mengadopsi *Golden Circle* yang diinisiasi oleh Sinek (2009) yang dimulai dari *why*, *how* dan *what*. *Golden Circle* sebagai dasar pemikiran Program *Indo Malebbie*.



Gambar 2. Metode pelaksanaan.

2.1. *Tepperi Aleta* (Percaya Diri)

Tujuan membantu Ibu Binaan dalam mengenali pengalaman hidupnya, memahami kekuatan pribadi yang dimiliki, serta membangun *confidence* yang menjadi dasar kesiapan pasca bebas. Adapun 4 indikator keberhasilan *Tepperi Aleta* yaitu *knowledge improvement*, *skill enhancement*, *attitude improvement* dan *positive impact on the community*. Keberhasilan ini terlihat dari meningkatnya kesadaran diri Ibu Binaan terhadap potensi pribadi dan munculnya perilaku positif dalam berinteraksi dengan sesama WBP. Metode yang digunakan *Awareness Training* diadopsi dari Parahita (2023) yaitu pendekatan pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan *self-understanding* dan *self-confidence*.

2.2. *Ritungka'ka* (Parenting)

Tujuan membantu Ibu Binaan memahami dinamika *parenting* yang sehat, mengelola emosi, serta menumbuhkan ikatan emosional yang positif antara Ibu dan anak. Adapun 5 indikator keberhasilan kegiatan ini meliputi *positive parenting*, *hope orientation*, *past reflection*, *caring role*, dan *emotional bonding*. Metode yang digunakan adalah *Role Playing* diadopsi dari Moreno dalam Untayana, Pudyaningtyas dan Dewi (2023) yang terbukti efektif dalam mengatasi *parenting stress* dimana Ibu Binaan berperan langsung dalam skenario pengasuhan dan menciptakan komunikasi positif dengan anak.

2.3. *Addakkangeng* (Kewirausahaan)

Tujuan menumbuhkan kemampuan Ibu Binaan untuk menciptakan dan mengelola usaha bernilai ekonomi sebagai bentuk kemandirian setelah bebas. Adapun 5 indikator keberhasilan meliputi *business idea creation*, *product innovation*, *skill development*, *financial* dan *business planning*, serta *family-based entrepreneurship*. Ibu Binaan menunjukkan peningkatan dalam menciptakan ide usaha, menghasilkan inovasi produk, serta memahami dasar-dasar perencanaan usaha sederhana.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM-PM ini telah mencapai 100% dengan durasi mulai 04 Juli-30 Oktober 2025 dan telah mendapatkan *informed consent* dari mitra. Berikut adalah rincian ketercapaian pelaksanaan program.

3.1. *Tepperi Aleta* (Percaya Diri)

Program *Tepperi Aleta* dirancang untuk memperkuat kapasitas psikologis Ibu Binaan dalam mengenali diri, membangun keyakinan internal, serta mengubah cara pandang terhadap pengalaman hidup yang mereka miliki. Proses ini penting karena sebagian besar WBP membawa

beban psikologis seperti rasa bersalah, trauma pengasuhan, dan kurangnya penghargaan diri. Melalui empat kegiatan inti, program ini tidak hanya menggali cerita personal, tetapi juga memfasilitasi transformasi mindset secara bertahap.

3.1.1. *Focus Group Discussion (FGD)* dan *Madeceng Mua* (Aku Baik-Baik Saja)

FGD (gambar 3) tercapai 98% menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif sebagai wadah refleksi bersama. Dalam sesi ini, WBP berani mengungkap pengalaman emosional dan kendala pengasuhan, yang sebelumnya jarang mereka ceritakan. Penyerahan *Draft Buku Pedoman Mitra* dan pelaksanaan pretest memperkuat dasar teoretis kegiatan selanjutnya, karena memberikan gambaran awal tentang tingkat pemahaman dan kesiapan psikologis WBP sebelum program dijalankan.

Madeceng mua (gambar 3) tercapai 95% Ibu Binaan mampu mengenali dan menghargai sikap positif yang telah dilakukan dan menceritakannya. Aktivitas ini membantu Ibu Binaan mengidentifikasi pengalaman baik yang pernah dilakukan, sehingga membangkitkan kembali perasaan layak, mampu dan cukup sebagai seorang ibu maupun individu.



Gambar 3. *Focus group discussion, Madeceng Mua, Pedea dan Bahagiaka.*

3.1.2. *Pedea* (Percaya pada Diri Sendiri) dan *Bahagiaka* (Aku Positif)

Kegiatan tercapai 97% Ibu Binaan mampu mengenali kualitas positif dalam diri sendiri yang sebelumnya tidak disadari. Banyak WBP menyadari bahwa Ibu Binaan memiliki kualitas positif yang tidak pernah diakui sebelumnya. Efek psikologisnya penting yaitu tumbuhnya *self-efficacy* menjadi modal awal dalam proses reintegrasi sosial di kemudian hari.

Kegiatan tercapai 96% Ibu Binaan mampu menghargai dan memetakan kelebihan dalam dirinya. Saat WBP mulai memandang dirinya sebagai individu dengan kapasitas dan bukan semata kesalahan masa lalu, maka proses pemulihan psikologis berlangsung lebih mudah dan terarah.

3.2. *Ritungka'ka (Parenting)*

Ritungka'ka membantu memahami parenting yang baik dan mengelola emosi mengenai nilai-nilai yang dapat diterapkan dalam kehidupan nyata Ibu Binaan yang dicapai melalui 5 indikator dengan 9 kegiatan yaitu sebagai berikut.

3.2.1 *Nontong Felleng Harmoni* (Nobar Film Harmoni) dan *Allumpajangku* (Aku Punya Harapan)

Kegiatan pada gambar 4 menunjukkan bahwa 97% WBP mampu menangkap hikmah parenting dari film *"Ketika Ibu Tiada"*. Visual *storytelling* mempermudah Ibu Binaan memahami dinamika emosi, pengalaman kehilangan dan pentingnya kehadiran ibu dalam membentuk rasa aman anak. Selain itu, film ini mendorong refleksi diri, sehingga Ibu Binaan lebih mudah mengevaluasi pola pengasuhan yang ingin diperbaiki setelah kembali ke keluarga.

Kegiatan pada gambar 4 mencapai 95%, di mana Ibu Binaan mampu mengambil hikmah tentang pentingnya memaafkan diri sendiri. Proses ini membantu melepaskan beban emosional yang selama ini menahan mereka, sehingga lebih mudah menerima kekurangan diri, memperbaiki pola asuh dan menumbuhkan kembali keyakinan bahwa Ibu Binaan masih memiliki kesempatan menjadi ibu yang lebih baik.



Gambar 4. *Nontong Felleng, Allumpajangku* dan *Makita ri Munri*.

3.2.2. *Makita ri Munri* (Kilas Balik Waktu Kecil) dan *Indo Magello* (Ibu yang Baik)

Ibu Binaan pada kegiatan ini mampu merefleksikan momen masa kecil dan pola parenting yang diterima dengan ketercapaian 94%. Kesadaran ini penting karena membantu Ibu Binaan mengenali pola pengasuhan yang kurang tepat, memahami dampaknya pada emosi saat ini, serta mulai memutus rantai *negative parenting cycle* agar tidak kembali diterapkan pada anak-anaknya. Refleksi ini juga memperkuat motivasi Ibu Binaan untuk membangun pola asuh yang lebih hangat dan adaptif ketika kembali ke lingkungan keluarga.

Kegiatan dimana 96% Ibu Binaan mampu mengaplikasikan teknik pengelolaan stres dan emosi dalam pengasuhan sehari-hari. Pembelajaran teknik relaksasi dan *emotional regulation* terbukti membantu Ibu Binaan memandang konflik pengasuhan secara lebih dewasa, mengurangi respons impulsif, serta meningkatkan kemampuan Ibu Binaan mengambil keputusan yang lebih tenang dan terarah dalam menghadapi perilaku anak. Hal ini memperkuat kesiapan Ibu Binaan untuk kembali menjalankan peran pengasuhan secara positif setelah reintegrasi.

3.2.3. *Sure' untuk Anakku* (Surat untuk Anakku)

Ibu Binaan mampu menulis surat yang berisi harapan dan pengakuan peran ibu yang baik yaitu tercapai 98%. Kegiatan ini membantu Ibu Binaan mengekspresikan emosi yang selama ini tertahan, memperkuat ikatan batin dengan anak, serta menegaskan kembali komitmen mereka untuk berubah. Aktivitas menulis surat juga mendorong refleksi diri secara mendalam, sehingga Ibu Binaan lebih memahami nilai kehadiran, kasih sayang dan tanggung jawab dalam pengasuhan.

3.3. *Addakangeng* (Kewirausahaan)

3.3.1. *Ecoenzyme, Virgin Coconut Oil* (VCO) dan Merajut

Kegiatan dengan untuk menciptakan, mengembangkan dan mengelola usaha yang bernilai ekonomi yang dicapai melalui 5 indikator dengan 9 kegiatan. Ibu Binaan (gambar 5) mampu mempraktikkan proses pembuatan *ecoenzyme* secara mandiri yang menumbuhkan *confidence* WBP dengan ketercapaian 93%. Kegiatan (gambar 5) tercapai 93% Ibu Binaan mampu menghasilkan VCO yang bernilai ekonomi yang dapat meningkatkan daya dan keyakinan WBP. Kegiatan tercapai 98% Ibu Binaan mampu menghasilkan produk rajutan sederhana (tas kecil/dompet).



Gambar 5. *Ecoenzyme*, VCO, minyak parede, sambal rusi dan barusi.

3.3.2. Minyak Parede, Sambal Rusi dan Barusi (Bajabu Rutan Sinjai)

Ibu Binaan mampu melakukan pembuatan minyak parede, sambal rusi dan barusi pada kegiatan ini (gambar 5) yang sekaligus melatih ketelitian dalam mengikuti tahapan produksi. Aktivitas memasak berbasis resep ini menuntut fokus, pengaturan waktu, serta kerja sistematis, sehingga membantu Ibu Binaan membangun rutinitas positif dan rasa tanggung jawab terhadap hasil akhir. Selain itu, keterampilan ini membuka peluang untuk mengembangkan produk olahan yang bernilai ekonomi ketika Ibu Binaan kembali ke masyarakat.

3.3.3. *Madrama* (Bermain Peran), *Rencana Lisu Bolae* (Rencana Pulang ke Rumah) dan *Waktue Sibawa Keluarga* (Waktu Bersama Keluarga)

Madrama tercapai 96% dimana WBP mampu memperagakan *role play* melalui drama “Ketika Ibu Tiada” dan “Anak Durhaka” untuk memahami kembali makna kasih sayang, batasan, serta tanggung jawab dalam pengasuhan. Selanjutnya, Ibu Binaan dengan ketercapaian 95% mampu menyusun rencana kehidupan pasca pembebasan yang menunjukkan kesiapan Ibu Binaan membangun arah hidup yang lebih stabil dan terstruktur setelah kembali ke masyarakat. Selain itu, 95% Ibu Binaan berhasil merencanakan aktivitas berkualitas bersama keluarga sebagai bentuk komitmen memperbaiki hubungan emosional dan membangun lingkungan rumah yang lebih suportif.

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan PKM-PM ini menunjukkan hasil yang sangat signifikan, dimana berdasarkan hasil evaluasi terjadi perubahan yang nyata berupa peningkatan penghargaan diri Ibu Binaan dari 30% menjadi 87,5%, peningkatan keyakinan peran Ibu dari 31% menjadi 88,5%, serta peningkatan kapasitas pengasuhan yang meliputi aspek *effective communication* dari 35% menjadi 84% dan *effective problem solving* dari 30% menjadi 89%. Selain itu, terjadi pula peningkatan pengetahuan kewirausahaan (*sustainability of life*) WBP dari 26% menjadi 91%.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Bone dan Rutan Kelas IIB Sinjai

6. REFERENSI

- Marku, E., Miska, X. & Neçaj, L. (2024). Current perception of nature vs. nurture debate among students at the University of Medicine of Tirana’. *Albanian Journal of Trauma and Emergency Surgery*, 8(1), 1362-1365. <https://doi.org/10.32391/ajtes.v8i1.361>
- Nugraha, D., Amir, M. & Nurkomala, N. (2023). Pengaruh metode simulasi dan metode demonstrasi terhadap hasil belajar mahasiswa. *Jurnal Pena Edukasi*, 10(1), 1-8. <https://doi.org/10.54314/jpe.v10i1.1094>
- Parahita, Q. N. (2023). Penerapan awareness training untuk meningkatkan self-confidence atlet. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(1), 38-50.
- Sinek, S. (2009). *Start with Why: How Great Leaders Inspire Everyone to Take Action*. Edisi ke-1. Portfolio Penguin. New York.
- Untayana, V. A., Pudyaningtyas, A. R. & Dewi, N. K. (2023). Pengaruh metode role playing terhadap tingkat self-awareness anak usia dini. *Early Childhood Education and Development Journal*, 5(2), 107-115.