

MANAJEMEN INDIVIDU MELALUI KERAJINAN KRIYA: *HANDMADE BAMBOO AND WOOD WASTE*

*Widiya Avianti¹, Dewi Yulianti Indah², Endang Pitaloka³

¹Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Winaya Mukti
email: wdythea@gmail.com

²Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pasundan
email: dewiyuliantiindah@unpas.ac.id

³Bisnis Digital, Politeknik Piksi Ganesha
email: pitaloka.oka@gmail.com

*email korespondensi: wdythea@gmail.com

Abstrak

Kerajinan kriya tidak sekedar menghasilkan karya, tapi juga media untuk melatih kesadaran diri, disiplin, fokus, dan keseimbangan emosional. Proses ini melatih pengendalian diri (*self-control*) dan *mindfulness*. Manajemen Individu melalui Kerajinan Kriya efektif bagi peserta di usia purna bhakti dan mas pensiun, melalui pendekatan pembelajaran yang memadukan seni, psikologi, dan kesadaran diri. Melalui proses berkarya, seseorang belajar mengelola waktu, pikiran, emosi, dan nilai-nilai hidup secara alami, bukan dengan teori, tetapi dengan pengalaman nyata yang melekat dalam setiap karya yang dihasilkan.

Kata Kunci: kriya; bambu; pelatihan, pengendalian diri.

Abstract

Craftsmanship is not merely about producing works of art, but also a medium for training self-awareness, discipline, focus, and emotional balance. This process trains self-control and mindfulness. Individual management through craftsmanship is effective for participants in retirement age and post-retirement age, through a learning approach that combines art, psychology, and self-awareness. Through the creative process, individuals learn to manage time, thoughts, emotions, and life values naturally—not through theory, but through real-life experiences embedded in every piece they create.

Keywords: craft; bamboo; training, self-control.

Pendahuluan

Di tengah era serba digital dan cepat, banyak orang mengalami *burnout*, stres, dan kejenuhan akibat rutinitas kerja atau belajar di ruang tertutup (Suryani, A., 2025). Pelatihan kriya di alam terbuka memberi mereka: Ruang jeda dari layar digital; Kesempatan berekspresi dan relaksasi melalui aktivitas manual; Koneksi ulang

dengan alam, yang terbukti secara ilmiah menurunkan stres dan meningkatkan fokus.

Pelatihan Kerajinan Kriya di alam terbuka yang dapat membantu peserta mengurangi stres. Individu urban sering stres dan jenuh (Santoso, J., & Sutisna, S.,2020). *Bamboo and wood waste* sebagai *self-care* kreatif dan *mindfulness*, tapi pelatihan masih minim di kota besar. Tanpa *self-care efektif*, risiko stres, *burnout*, dan gangguan

emotional meningkat, mempengaruhi kualitas hidup dan kesehatan mental secara keseluruhan (Aura, A. (2023). Banyak masyarakat urban mengalami tekanan dari rutinitas keseharian yang monoton dan mencari alternatif hiburan yang tidak hanya menyenangkan, tapi juga membawa ketenangan batin (Arianto, T.,2024). Aktivitas seni seperti *bamboo and wood waste* memberikan kombinasi unik antara ekspresi diri dan *mindfulness* (Avianti, W., & Utami, I. P., 2025). Naiknya minat terhadap aktivitas berbasis “*mindfulness*”, “*wellbeing*”, atau “*hands-oncreative hobbi*”.

Banyak pengrajin tradisional kehilangan regenerasi karena anak muda tidak lagi tertarik belajar kriya (Iklima, M., Wijaya, A. A., Nuraeni, T., Humaedi, M., & Maesaroh, T., 2025). Pelatihan di alam terbuka bisa menjadi jembatan antara generasi muda dan pengrajin lokal, menjadi warisan budaya dan gaya hidup modern, edukasi dan peluang ekonomi baru (souvenir, produk *handmade*, *workshop* pariwisata) dan *Stakeholders* yang terpengaruh.

Belajar di alam membuka pengalaman multisensori yaitu melihat, menyentuh, mencium aroma bahan alami yang membuat proses belajar kriya lebih autentik dan melekat (Purnasetyawan, F., & Hidayatullah, A. R.,2025), misalnya mengambil bahan dari sekitar (bambu, lempengan kayu, alat dapur berbahan kayu), memahami ekosistem bahan kriya, menumbuhkan kesadaran lingkungan melalui praktik langsung

Ini sejalan dengan gerakan pendidikan kontekstual dan *green learning*. Momentum tren pariwisata berbasis pengalaman (*experience tourism*) mengidentifikasi wisatawan modern tidak lagi hanya mencari tempat indah, tapi juga pengalaman otentik

dan berkesan (Reswari, F. A., Inayah, A., & Romadhan, M. I., 2025). *Workshop* kriya di alam terbuka berupa: Aktivitas wisata bernilai tambah; Program *community-based tourism* di desa wisata; Sumber pendapatan tambahan bagi masyarakat lokal.

Ini membuka peluang kolaborasi antara sektor kreatif, pendidikan, dan pariwisata. Mendukung gaya hidup berkelanjutan dan kesadaran ekologis. Dunia sedang bergerak menuju gaya hidup sustainable dan *eco-conscious*. Pelatihan kriya berbasis bahan alami atau daur ulang bisa, mendidik peserta tentang penggunaan sumber daya yang bijak, mendorong ekonomi sirkular (*reuse, recycle, repurpose*), menumbuhkan perilaku peduli lingkungan Dengan kata lain, bukan hanya belajar membuat kerajinan, tapi juga belajar hidup lebih selaras dengan alam.

Dalam konteks kehidupan masyarakat modern, banyak individu menghadapi tekanan psikologis akibat rutinitas yang padat dan tuntutan pekerjaan yang tinggi. Tanpa aktivitas *self-care* yang efektif, individu rentan terhadap stres berkepanjangan, penurunan produktivitas, gangguan suasana hati, dan *burnout*. Hal ini berdampak pada kualitas hidup, hubungan sosial, serta kesehatan mental dan emosional secara keseluruhan.

Dalam kondisi tersebut diperlukan Hubungan anggota/kelompok untuk meningkatkan kualitas hidup, serta melestarikan budaya dan keterampilan tradisional. aktivitas bersama yang bersifat kreatif dan reflektif menjadi penting, tidak hanya sebagai sarana pelepas stres, tetapi juga sebagai media untuk memperkuat hubungan antaranggota dalam suatu kelompok atau komunitas.

Metode pelaksanaan

Pendekatan Edukasi Alam Terpadu (*Nature-Based Learning*), Alam dijadikan ruang belajar aktif. Kegiatan ini berupa:

1. Mengetahui sumber bahan alami dan keberlanjutannya
2. Diskusi tentang etika pengambilan bahan dari alam
3. Aktivitas reflektif (misalnya meditasi singkat atau journaling di alam) sebelum memulai berkarya

Ketiga kegiatan tersebut diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran ekologis dan kreativitas alami peserta.

Hasil dan Pembahasan

Sasaran Utama, peserta di masa purna bakti dan peserta di usia masa pensiun, berusia 65-80 thn, Pecinta kerajinan kriya dan ingin *self healing*. Sasaran Sekunder, Peserta umum mulai remaja sampai dewasa yang tiap harinya selalu disiapkan dengan targetan kerja dan membutuhkan *self healing*.



Gambar 1. Kegiatan pelatihan Kriya dan bahan baku bambu

Manfaat Fungsional

Pendidikan dan pelatihan *bamboo and wood waste* dapat menjadi sarana yang sangat bermakna untuk *self healing*, terutama bagi individu yang merasa lelah dengan rutinitas harian. Proses kreatif ini juga berperan sebagai terapi untuk melepaskan

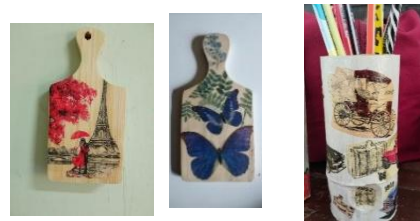
emosi negatif, seperti kesedihan atau kemarahan,

Manfaat Emosional

Kegiatan ini mendorong *mindfulness*, ekspresi kreatif, dan melepaskan emosi negatif melalui gerakan fisik meditatif. Menciptakan sesuatu dari awal hingga selesai memberikan rasa bangga dan percaya diri, sambil belajar dari kegagalan untuk meningkatkan perseverensi.

Manfaat Sosial

Para peserta dapat merasakan peningkatan kesejahteraan mental, seperti mengurangi stres dan kelelahan mental. Meningkatkan produktivitas kerja karena merasa lebih seimbang dan siap menghadapi tantangan. Kreativitas dan inovasi juga diharapkan muncul dari kegiatan ini, sehingga dapat dimanfaatkan dalam pekerjaan sehari-hari. *Bamboo and wood waste class* diadakan diakhir pekan, mengusung konsep melakukan kegiatan tersebut langsung di area terbuka yang sekaligus menyajikan pemandangan alam dan bisa melepaskan perasaan lelah dengan melakukan gerakan fisik meditatif.



Gambar 2. Hasil Kriya dari bahan kayu dan bambu tak terpakai

Kekurangan dari alternatif saat ini, peserta merasa bahwa pelatihan *bamboo and wood waste*, tidak memiliki durasi yang cukup panjang yang memadai untuk memberikan dampak nyata pada

kesejahteraan mental mereka. Implementasi konsep *Bamboo and wood waste Retreat* dilakukan sebagai solusi dari kekurangan kegiatan ini. Fitur utama *Retreat Bamboo and wood waste* dapat juga dilaksanakan pada Lokasi Wisata. penyelenggara bisnis wisata alam memberikan penawaran di mana peserta dapat *belajar bamboo and wood waste* dengan menikmati lingkungan yang inspiratif. Keunikan *Bamboo and wood waste*, atau kerajinan tanah liat, menawarkan manfaat psikologis dan emosional yang signifikan karena mendorong *mindfulness* (kesadaran diri) dan ekspresi kreatif.

1. Format Solusi: *Booth Pop-Up* di Wisata Alam terbuka.
2. Teknologi atau Metodologi Utama: Metode praktik langsung, Pendidikan dan pelatihan *bamboo and wood waste* dapat menjadi sarana yang sangat bermakna untuk *self healing*.

Memberikan ruang ekspresi emosi melalui seni sebagai terapi untuk mengolah perasaan negatif, dan juga untuk meningkatkan kualitas hidup.



Gambar 3. Peserta pelatihan Kriya

Kesimpulan

Pelatihan Kerajinan Kriya di Alam Terbuka relevan saat ini, dapat menjawab kebutuhan emosional dan sosial masyarakat

modern; melestarikan dan menghidupkan kembali warisan kriya lokal; menciptakan ruang belajar yang alami, inspiratif, dan berdampak sosial-ekonomi; sejalan dengan tren global pariwisata pengalaman dan keberlanjutan lingkungan serta memberikan manfaat fungsional, manfaat emosional, manfaat emosional, manfaat sosial dan manfaat bagi masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Peserta di usia memasuki masa purna bakti bahkan usia pensiun, memiliki motivasi tinggi dalam membuat kriya ini. Apresiasi tinggi kepada peserta dan pejabat lingkungan desa jatimekar kabupaten purwakarta yang telah memberikan kesempatan untuk kontribusi institusi pendidikan dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat.

Daftar Pustaka

- Arianto, T. (2024). Realitas Budaya Masyarakat Urban. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Aura, A. (2023). *Self Care Services To Improve The Mental Health Of Bk Teachers*. Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan, 2(2), 92-100.
- Avianti, W., & Utami, I. P. (2025). Pengembangan Produk Kerajinan Tangan Berbasis Bambu Untuk Mendukung Kelestarian Lingkungan Dan Peningkatan Ekonomi Masyarakat. *Capacitarea: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 20-25.
- Iklima, M., Wijaya, A. A., Nuraeni, T., Humaedi, M., & Maesaroh, T. (2025). Pelestarian Budaya Lokal Melalui Wisata Edukasi Penganyam Bambu di Galeri Bambu Anda Kampung Cisaat.



- Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Mematuhi, 2(1, Maret), 27-32.
- Irmeilyana, I., Ngudiantoro, N., Affandi, A. K., Setiawan, A., & Windusari, Y. (2020). Pemanfaatan Lingkungan Alam Sekitar Sebagai Sumber Belajar Dan Media Pembelajaran Matematika, Ipa, Dan Seni Bagi Pendidikan Dan Pengembangan Kreatifitas Anak di Kecamatan Pemulutan Barat Kabupaten Ogan Ilir. *Jurnal Vokasi*, 4(1), 16-23.
- Purnasetyawan, F., & Hidayatullah, A. R. (2025, March). Pengenalan Alam Pada Museum Bentang Alam Melalui Metode Transformasi Multi-Sensory. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Lppm Universitas' Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 3, Pp. 1064-1070).
- Reswari, F. A., Inayah, A., & Romadhan, M. I. (2025). Atraksi Wisata Sebagai Media Dalam Pengembangan Reputasi Ekowisata: Studi Kasus Dua Kebun Raya Di Jawa Timur. *Relasi: Jurnal Penelitian Komunikasi* (E-Issn: 2807-6818), 5(04), 199-208.
- Santoso, J., & Sutisna, S. (2020). Ruang Seni Bebas Stres Tjikini. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 2(2), 1615-1626.
- Suryani, A. (2025). *Mengelola Stress Di Era Ai: Strategi Bertahan, Berkembang, Dan Tetap Waras Di Tengah Revolusi Teknologi: Cara Mengatasi Stres, Burnout, Kecemasan, Dan Tekanan Kerja Di Era Artificial Intelligence (Ai) Bagi Karyawan, Pengusaha, Dan Mahasiswa*. Guinevel Editions.