



Keterampilan Pembuatan Telur Asin untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Warga Binaan BRSBKL Sleman



EMA JULIA^{1*}, SRI AFRIYANI²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

* Corresponding Author: ema6550@gmail.com

Abstract

The aim of writing about salted egg making skills to increase self-confidence in BRSBKL Sleman assisted residents is to provide insight into how this activity can be an effective means of empowerment and their personal development. The subject of this writing is residents assisted by BRSBKL Sleman, while the object is the skill of making salted eggs to increase self-confidence. Participation in developing food processing skills, especially the activity of making salted eggs, has had a positive impact on the inmates. Apart from developing practical skills related to making salted eggs, this activity also strengthens social interaction and communication skills. Providing opportunities for them to fill their free time with productive activities, this activity increases feelings of achievement and new knowledge regarding the process of making salted eggs. In conclusion, making salted eggs through developing food processing skills has proven to be an effective means of empowering residents assisted by BRSBKL Sleman, integrating practical benefits with the development of social and psychological aspects.

Keywords:

*Self-Confidence;
Salted eggs;
Residents*

Abstrak

Tujuan penulisan keterampilan pembuatan telur asin untuk meningkatkan kepercayaan diri pada warga binaan BRSBKL Sleman adalah untuk memberikan wawasan mengenai bagaimana kegiatan ini dapat menjadi sarana efektif dalam pemberdayaan dan perkembangan pribadi mereka. Subjek dari penulisan ini adalah warga binaan BRSBKL Sleman, sedangkan objeknya adalah keterampilan pembuatan telur asin untuk meningkatkan kepercayaan diri. Partisipasi dalam pembinaan keterampilan olahan pangan, khususnya kegiatan pembuatan telur asin, memberikan dampak positif bagi warga binaan. Selain mengembangkan keterampilan praktis terkait pembuatan telur asin, kegiatan ini juga memperkuat interaksi sosial dan keterampilan komunikasi. Memberikan peluang bagi mereka untuk mengisi waktu luang dengan aktivitas produktif, kegiatan ini meningkatkan perasaan pencapaian dan pengetahuan baru terkait proses pembuatan telur asin. Kesimpulannya, pembuatan telur asin melalui pembinaan keterampilan olahan pangan terbukti menjadi sarana efektif dalam pemberdayaan warga binaan BRSBKL Sleman, mengintegrasikan manfaat praktis dengan pengembangan aspek sosial dan psikologis.

Kata Kunci:

Kepercayaan diri; Telur asin; Warga binaan

Pendahuluan

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian berupa keyakinan akan kemampuannya sendiri, sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab (Ghufron & Risnawati, 2010). Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja, ada proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terbentuklah rasa percaya diri (Hakim, 2002). Menurut Lauser (2008) kepercayaan diri ini merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri individu, sehingga dalam melakukan tindakan-tindakan tidak terlalu cemas, akan merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya sopan dalam berintraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri.

Kepercayaan diri yang tinggi sangat berperan dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam setiap proses kehidupan seseorang, karena jika individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka akan muncul motivasi pada dirinya untuk melakukan hal-hal dalam hidupnya. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seseorang maka akan semakin tinggi pula apa yang ingin dicapainya. Sikap percaya diri tidak hanya berorientasi pada dikap, melainkan pada kemampuan diri juga. Dengan adanya sikap percaya diri, akan melatih diri untuk tidak putus asa dan berjiwa besar (Syam & Amir, 2017). Menurut Lindenfield (1997 : 3), orang yang percaya diri cenderung akan merasa puas dengan dirinya sendiri. Orang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi juga akan selalu bersyukur karena akan merasa puas dengan apa yang ada pada dirinya. Sedangkan orang yang tidak percaya diri akan memiliki konsep diri yang negatif dan kurang percaya diri pada kemampuannya sehingga sering menutup diri. Oleh karena itu, masalah tentang kepercayaan diri pada individu menjadi prioritas yang harus dibangun untuk mencapai penyesuaian diri secara maksimal.

Salah satu cara untuk membangun rasa kepercayaan diri adalah dengan memberikan Pembinaan, dimana pembinaan ini diberikan berupa pembinaan kepribadian dan pembinaan keterampilan. Pembinaan kepribadian ini mencakup keagamaan, psikologi dan lain-lainnya yang menyangkut kepribadian. Sedangkan pembinaan keterampilan berupa pembinaan skill dan kemampuan, seperti keterampilan menjahit, bengkel, memasak dan pembinaan lainnya yang bersifat pengajaran skill. Dalam hal ini, salah satu cara memberikan pembinaan yakni memberikan pembinaan keterampilan memasak atau olahan pangan dengan membuat Telur asin. Telur Asin dipilih karena salah satu makanan tradisional rakyat Indonesia. Dimana beberapa lapisan masyarakat pasti akan menyukai sajian ini. Selain harganya yang relatif cukup murah, telur asin juga mempunyai nilai gizi yang cukup tinggi. Memproduksi telur asin merupakan salah satu bentuk keterampilan yang

relatif cukup mudah dan dapat dilakukan dan dikuasai oleh siapapun, dan termasuk salah satunya para warga binaan. Pembuatan telur asin menggunakan abu dan tanah merah serta dicampurkan dengan garam agar tidak mempengaruhi kandungan protein (Listyorin, Ruriyawati, 2010).

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan metode kualitatif. Menurut Erikson (1958) metode kualitatif adalah usaha dalam menemukan atau menggambarkan secara naratif tentang kegiatan yang dilakukan. Subjek penelitian merupakan sumber informasi untuk mencari data masukan-masukan dalam mengungkapkan masalah penelitian, subjek sendiri biasa dinela dengan istilah "Informa" yang artinya orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian (Moleong, 2018). Subjek ini adalah warga binaan BRSBKL unit Laras yang mengikuti kegiatan olahan pangan membuat Telur Asia. Sedangkan objek penelitian adalah pokok persoalan yang hendak diteliti untuk mendapatkan data secara lebih terarah (Anto Dajan, 1986). Dan dalam penelitian ini yang menjadi objek adalah keterampilan telur asin untuk meningkatkan kepercayaan diri,

Di dalam teknik pengumpulan data, penelitian menggunakan teknik Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang melibatkan pengamatan langsung terhadap partisipan. Observasi memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengamati interaksi sosial, perilaku dan konteks yang relevan dengan fenomena yang sedang di teliti (Bogdan & Biklen, 2017). Selanjutnya teknik Wawancara yang merupakan teknik pengumpulan data yang melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan partisipan. Wawancara bertujuan untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang pengalaman, pandangan dan perspektif individu terkait fenomena yang sedang diteliti. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur, semi-terstruktur atau tidak terstruktur, tergantung pada tingkat kerangka yang telah ditentukan sebelumnya (Caeswell, 2014). Dan terakhir Dokumentasi, studi dokumentasi ini memberikan wawasan tentang konteks historis, kebijakan, peristiwa dan perkembangan yang relevan dengan fenomena yang sedang di teliti (Creswell, 2014).

Hasil dan Pembahasan

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian berupa keyakinan akan kemampuannya sendiri, sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab (Ghufron & Risnawati, 2010). Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja, ada proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terbentuklah rasa percaya diri (Hakim, 2002). Menurut Lauser (2008) kepercayaan diri ini merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri individu,

sehingga dalam melakukan tindakan-tindakan tidak terlalu cemas, akan merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya sopan dalam berintraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri. Kepercayaan diri yang tinggi sangat berperan dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam setiap proses kehidupan seseorang, karena jika individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka akan muncul motivasi pada dirinya untuk melakukan hal-hal dalam hidupnya.

Salah satu cara untuk membangun rasa kepercayaan diri adalah dengan memberikan Pembinaan, dimana pembinaan ini diberikan berupa pembinaan kepribadian dan pembinaan keterampilan. Pembinaan kepribadian ini mencakup keagamaan, psikologi dan lain-lainnya yang menyangkut kepribadian. Sedangkan pembinaan keterampilan berupa pembinaan skill dan kemampuan, seperti keterampilan menjahit, bengkel, memasak dan pembinaan lainnya yang bersifat pengajaran skill. Salah satu Pembinaan yang dilakukan adalah Pembinaan Keterampilan olahan pangan dengan membuat Telur Asin. Orang yang mengikuti pembinaan ini adalah warga Binaan BRSBKL unit Laras, namun karena tidak semua warga binaan bisa ikut, hanya warga-warga tertentu yang dapat ikut Pembinaan Olahan Pangan Telur Asin tersebut. Hal ini dikarenakan tidak semua warga binaan dalam keadaan yang mampu dan layak untuk ikut.

Proses pembuatan telur asin mencakup beberapa langkah, termasuk pemeriksaan kondisi telur, pembersihan kulit telur, pembuatan adonan pengasinan, pemeraman telur, penyuntikan ekstrak rasa, penutupan lubang suntikan, dan pemasakan telur (Arthur, Wiseman, & Cheng, 2015 ; Dewanti, Wati & Kartikasari, 2020). Namun dalam Pembinaan olahan pangan Telur Asin yang dilakukan di BRSBKL Unit Laras tidak sampai masuk ke tahap penyuntikkan ekstrak rasa. Pembuatan telur asin dengan menggunakan telur bebek memiliki kelebihan dan kekurangan yang perlu dipertimbangkan, dimana salah satu kelebihannya adalah rasa khasnya, dengan telur bebek cenderung lebih gurih dan berlemak, sehingga dapat menarik pecinta variasi rasa. Selain itu, telur bebek lebih besar, menghasilkan telur asin yang lebih besar, dan memiliki nilai gizi yang lebih tinggi. Namun kekurangannya adalah biaya produksi yang lebih tinggi karena perawatan bebek yang lebih tinggi karena perawatan bebek yang lebih intensif dan investasi yang lebih besar dalam pemeliharannya.

Hasil dari wawancara bersama warga binaan BRSBKL Sleman menunjukkan bahwa kegiatan pembuatan telur asin memberikan dampak positif pada nilai diri dan kehidupan sosial mereka. Melalui partisipasi dalam kegiatan pembuatan telur asin, warga binaan BRSBKL Sleman dapat mengembangkan keterampilan praktis dan keahlian yang terkait dengan proses pembuatan telur asin, seperti pemilihan telur yang baik, proses pengasinan,

dan penyimpanan. Interaksi dalam kelompok ini memberikan mereka kesempatan untuk bekerja sama, berbagi pengalaman, dan memperkuat koneksi sosial yang positif di antara sesama warga binaan.

Dalam proses pembuatan telur asin, warga binaan BRSBKL Sleman terlibat dalam aktivitas kelompok yang mendorong keterampilan komunikasi. Mereka dapat berinteraksi satu sama lain, berdiskusi tentang langkah-langkah pembuatan telur asin, dan bekerja sama dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu, sehingga meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal mereka. Kegiatan pembuatan telur asin membantu mereka mengisi waktu luang dengan kegiatan yang produktif dan bermanfaat. Ini tidak hanya memberikan kesenangan tetapi juga meningkatkan perasaan pencapaian dan manfaat yang dapat mereka ambil dari waktu luang mereka. Melalui pengalaman pembuatan telur asin, warga binaan BRSBKL Sleman mengakui penambahan pengetahuan baru terkait dengan proses tersebut.

Dengan demikian, pembuatan telur asin melalui pembinaan keterampilan olahan pangan dapat dianggap sebagai sarana efektif dalam pemberdayaan warga binaan BRSBKL Kalasan. Selain memberikan manfaat praktis, kegiatan ini turut membentuk aspek sosial dan psikologis, seperti peningkatan kepercayaan diri, pengembangan hubungan sosial, dan penguatan keterampilan komunikasi. Hal ini mencerminkan pentingnya pendekatan *holistik* dalam pemberdayaan individu dengan menggabungkan aspek keterampilan praktis dan aspek psikososial.

Kesimpulan

Partisipasi dalam kegiatan pembuatan telur asin melalui pembinaan keterampilan olahan pangan membawa dampak positif bagi warga binaan BRSBKL Sleman. Kegiatan ini tidak hanya mengembangkan keterampilan praktis terkait pembuatan telur asin, tetapi juga memperkuat interaksi sosial dan keterampilan komunikasi. Selain itu, kegiatan ini memberikan peluang bagi mereka untuk mengisi waktu luang dengan aktivitas produktif, meningkatkan perasaan pencapaian, dan mendapatkan pengetahuan baru terkait proses pembuatan telur asin. Dengan demikian, pembuatan telur asin melalui pembinaan keterampilan olahan pangan terbukti menjadi sarana yang efektif dalam pemberdayaan warga binaan BRSBKL Sleman, menyatukan manfaat praktis dengan pengembangan aspek sosial dan psikologis.

Dokumentasi



Gambar: Foto kegiatan



Gambar: Foto kegiatan

Daftar Pustaka

- Abdulah, A. Z., & Suerni, T.(2022). Pengaruh Terapi Bercocok Tanam Terhadap Tingkat Kemandirian Adl Pasien Skizofrenia Di Rsjd Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. - **Jurnal**
- Anto Dajan. (1986). Pengantar metode statistik jilid II. LP3ES. - **Buku**
- Crane, P. J., & Ward, S. F. (2016). Self-healing and self-care for nurses. - **Buku**
- Hongo, A., Hashimoto, R., Shibata, K., Miao, T., & Suzuki, M. (2018). Studying how the Self-healing Method can offer new hope for stressed and fatigued caregivers. - **Jurnal**
- Moleong, L. (2018). Metodologi Penelitian Kualitatif. PT. Remaja Rosdakarya. - **Buku**