

PENUTUP

Makanan manis memiliki ciri khas makanan yang banyak mengandung gula, akan tetapi peran gula sekarang memiliki variasi pemanis buatan. Keunikannya seperti bentuk serta warna yang menarik, sehingga menggugah selera untuk dimakan bagi yang menyukainya. Tentunya salah satu yang menyukai makanan manis adalah anak-anak, karena rasa dan bentuknya mengoda untuk dinikmati. Tanpa menyadari kenikmatan tersebut memunculkan efek yang tidak baik untuk kesehatan tubuh, sehingga menimbulkan kerusakan gigi menjadi keropos dan satu sisi makanan manis memang memiliki efek negative kalau berlebihan mengonsumsinya. Selain dampak negative adapun manfaatnya seperti memberi sumber energi dalam tubuh, menstabilkan suasana hati, dan meningkatkan kemampuan konsentrasi pada proses berpikir. Permasalahan yang terjadi menghasilkan ide dan gagasan untuk mewujudkan imajinasi penulis merepresentasikan dalam karya seni lukis.

Dari tema makanan manis yang divisualisasikan dalam karya dua dimensi berupa lukisan gaya surealisme yang memadukan kasus yang ditimbulkan ketika terlalu banyak konsumsi makanan manis. Dengan tampilan penambahan elemen-elemen pendukung seperti objek manusia, gigi, tengkorak dan lainnya, diharap dengan melihat karya seni lukis ini pesan yang ingin disampaikan penulis berharap dapat memberikan sebuah pelajaran untuk kita semua betapa pentingnya menjaga pola makan demi kesehatan tubuh.

Karya seni lukis yang memberikan pesan sebuah pelajaran dianggap berhasil oleh penulis terdapat pada gambar 15, berjudul Terikat tahun pembuatan 2020 dengan menggunakan media cat akrilik di atas kanvas serta ukuran 80 x 100 cm. Proses pembuatan karya seni lukis tentunya penulis memiliki kendala teknis pada tahap detail objek dengan menggunakan cat akrilik, karena karakternya lebih cepat kering. Selain itu penulis mengalami kendala keterbatasan dengan penelitian tentang makanan manis dan bahan serta alat lukis saat penulis mengerjakan beberapa karya seni lukis di padang.

Selama proses pembuatan Tugas Akhir ini, penulis mengalami beberapa hambatan, mulai dari keterbatasan bahan karena posisinya lagi di kampung, serta karena pandem Covid-19 yang menambah keterbatasan gerak dalam mencari data.

Dari semua hambatan tersebut dapat dijadikan pembelajaran dan pengalaman bagi diri penulis sendiri. Dalam tulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna

baik dari penulisan dan bahasa yang digunakan, maka kritik dan saran untuk pengembangan tulisan ini sangat dibutuhkan, dan semoga memberi manfaat untuk semua dan penulis sendiri. Sekian dan terima kasih.



DAFTAR PUSTAKA

Sumber Buku

- Amaliyah, Nurul. *Penyehatan Makanan dan Minuman-A*. Edisi 1, Cetakan 1, Yogyakarta: Deepublish CV Budi Utama. 2015
- Helmawati, Triana. *Cegah Diabetes Sebelum Terlambat Sebuah Cara Hidup Sehat Agar Terhindar Dari Diabetes*. Cetakan Pertama, Yogyakarta: Penerbit Healthy. 2021
- Katika, Dharsono S. *Seni Rupa Modern*. Edisi Revisi, Cetakan Pertama, Bandung: Rekayasa Sains, 2017
- Sp., Soedarso. *Tinjauan Seni*. Yogyakarta: STSRI "ASRI". 1976-1977
- Trilogi Seni Penciptaan, Eksistensi, dan Kegunaan Seni*. Yogyakarta: BP ISI Yogyakarta, 2006
- Susanto, Mikke. *Diksi Rupa Kumpulan Istilah & Gerakan Seni Rupa*. Edisi Revisi, Yogyakarta: DictiArt Lap & Jagad Art Space, 2011
- Sucitra, I Gede Arya. *Pengetahuan Bahan Lukisan*. Yogyakarta: BP ISI Yogyakarta. 2013
- Suharso. Retnoningsih, Ana. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Semarang: CV. Widya Karya. 2008

Website

- <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-saja-pola-makan-yang-dapat-menyebabkan-obesitas>
- <https://www.columbiaasia.com/indonesia/health-articles/dapat-menyerang-mata-hingga-jantung-ini-dia-komplikasi-diabetes-melitus>
- <https://amp.kompas.com/sains/read/2019/07/27/170000623/kenapa-saat-stres-kita-ingin-makan-makanan-manis->
- <https://www.instagram.com/p/CHgi2kAjrRo/?igshid=xffe2zemfxd7>
- <https://www.instagram.com/p/Br4RCxBo5Z/?igshid=1wabsowukhhwr>
- <https://www.nibble.id/blog/7-bahaya-makanan-manis-buat-tubuh-yang-harus-kamu-tahu/>
- <https://amp.kompas.com/lifestyle/read/2020/04/27/181710720/7-bahaya-makanan-manis-yang-mengincar-di-bulan-puasa>