

BAB V

PENUTUP

Fumio Sasaki, penulis buku *Goodbye, Things: The New Japanese Minimalism*, mengajarkan kita bahwa gaya hidup minimalis bukan hanya soal mengurangi barang, tetapi tentang menciptakan ruang untuk kebebasan, ketenangan, dan kualitas dalam hidup. Dalam dunia yang penuh dengan konsumerisme dan kekacauan, Sasaki mengajak kita untuk menyederhanakan hidup, melepaskan beban fisik dan mental yang tidak perlu, dan fokus pada hal-hal yang benar-benar penting dan memberikan kebahagiaan sejati.

Gaya hidup minimalis yang diusung oleh Fumio Sasaki memiliki relevansi yang sangat kuat dengan dunia modern saat ini, di mana konsumerisme, teknologi, dan kecepatan hidup sering kali menciptakan kebingungan, stres, dan tekanan. Dalam dunia yang serba cepat dan terhubung melalui sosial media, kita sering merasa terbebani oleh ekspektasi sosial, materi, dan kebutuhan untuk terus mengikuti tren terbaru. Pendekatan gaya hidup minimalis menawarkan sebuah pelarian atau cara untuk menghadapi tantangan tersebut.

Penutupan dari filosofi gaya hidup minimalis yang dibawakan oleh Sasaki adalah bahwa gaya hidup minimalis adalah tentang kebebasan dari kekacauan material yang membebani hidup kita, kebebasan untuk lebih menghargai pengalaman dan hubungan yang bermakna, serta kebebasan untuk hidup dengan lebih sadar dan penuh tujuan. Dalam menyederhanakan dunia luar, kita membuka kesempatan untuk memperkaya dunia dalam diri kita. Dengan mengadopsi pendekatan minimalis, kita bisa menemukan kedamaian dalam kehidupan yang lebih sederhana, lebih terfokus, dan lebih autentik. Seperti yang dikatakan oleh Sasaki, dengan memiliki lebih sedikit, kita justru mendapatkan lebih banyak—lebih banyak waktu, lebih banyak energi, dan lebih banyak ruang untuk hidup dengan sepenuh hati.

Dalam dunia yang sering kali dipenuhi dengan kegaduhan dan kelebihan, kesederhanaan ini menjadi sebuah pelarian dan sumber ketenangan yang membawa kita lebih dekat pada diri kita sendiri dan dunia di sekitar kita. Dalam penciptaan karya seni patung dalam tugas akhir ini penulis ingin menampilkan kondisi kehidupan modern saat ini yang tidak terlepas dari berbagai peristiwa di masyarakat dan personal sebagai ekspresi seni dalam merespon arti kebahagiaan di era modern, konsumerisme, dan keberlanjutan lingkungan hidup. diharapkan karya yang sudah dicipta dapat memberi manfaat untuk mempertimbangkan kembali sikap dan perilaku kita menuju titik yang lebih positif.



DAFTAR PUSTAKA

Jay, Francine. 2010. *The Joy of Less, a Minimalist Living Guide: How to Declutter, Organize, and Simplify Your Life*. Medford, NJ, USA.

Marianto, M Dwi. 2019. *Seni dan Daya Hidup dalam Perspektif Quantum*, Yogyakarta : Scritto Books

Poerwanto, Hari. 2015. *Kebudayaan dan Lingkungan*, Yogyakarta.

Rahmadila Putri dan Abdul Wasik.(2022). *Gaya Hidup Minimalis Sebagai Pengalaman Ilmu Eskatologi dalam Mengingat Hari Akhir dan Akhirat*. *Abrahamic Religion: Jurnal Studi Agama-Agama (ARJ)*, 2(2), 158-169

Sasaki, Fumio. 2015. *Goodbye, Things: Hidup Minimalis ala Orang Jepang*. Japan: E-book

Sekar Fatimah H, Fatimah Aninda S, Fitri Alfarisy, Ketut Purwantoro. “Analisis Budaya Jepang dalam Buku *Goodbye, Things: Hidup Minimalis Ala Orang Jepang* oleh Fumio Sasaki”, dalam jurnal *Kiryoku*, 8(1), 2024.



DAFTAR LAMAN

Ejournal.undip.ac.id (diakses pada tanggal 26 september 2024)

<https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Abrahamic> (diakses pada tanggal 26 september 2024)

<https://ejournal.undip.ac.id/index.php/kiryoku/article/view/60913/25755> (diakses pada tanggal 10 november 2024)

<https://zarastro.art/contemporary-sculpture/> (diakses pada tanggal 15 november 2024)

<https://www.livewildly.co/blog/summary-goodbye-things/> (diakses pada tanggal 11 april 2024)

<https://ikidane-nippon.com/id/features/a00318> (diakses pada tanggal 27 november 2024)

<https://www.studiobinder.com/blog/what-is-constructivism-art-definition/> (diakses pada tanggal 28 desember 2024)

