

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pesimisme merupakan kondisi psikologis yang dapat dialami oleh setiap individu dan berpotensi mengganggu fungsi kehidupan secara emosional maupun tindakan nyata. Individu yang terjebak dalam pesimisme umumnya mengalami hambatan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari yang pada akhirnya memperparah kondisi tersebut dan menimbulkan lingkaran masalah yang semakin kompleks. Dalam konteks ini, penulis mengalami bentuk pesimisme yang berakar dari ketakutan dan kebingungan terhadap masa depan sebagai seorang seniman. Namun dengan melalui proses refleksi dan kesadaran diri, penulis tidak membiarkan dirinya tenggelam dalam pikiran negatif. Seni lukis kemudian menjadi medium katarsis yang memungkinkan penulis menyalurkan berbagai bentuk kegelisahan batin. Ekspresi tersebut dituangkan ke atas kanvas melalui penggunaan media cat racikan sendiri yang tidak hanya menciptakan kualitas visual yang diinginkan tetapi juga memperkuat aspek tekstural karya.

Karya yang dihasilkan memuat representasi figuratif dan simbolik yang merefleksikan perasaan sedih, bingung, dan gelisah, namun tetap diselipkan elemen harapan. Figur-firug dalam lukisan digambarkan dengan tatapan mata kosong dan kantong mata yang mencerminkan kelelahan, baik fisik maupun mental. Sebagian figur mewakili individu-individu di sekitar penulis, baik yang mendukung maupun yang meremehkan perjalanan kreatifnya. Simbol alam dan tumbuhan hadir sebagai representasi harapan dan doa yang senantiasa menyertai proses penciptaan karya.

Dalam penciptaan karya “Harapan: Seni Lukis sebagai Simbol terhadap Pesimisme”, proses kreatif menjadi pengalaman yang melelahkan secara fisik akibat beban emosional yang tinggi. Namun, seperti halnya proses terapeutik, penulis merasakan kelegaan dan semangat baru setelah karya selesai. Dengan demikian, penyelesaian karya ini menjadi manifestasi harapan: bahwa melalui

pemahaman, refleksi, dan representasi terhadap masalah, individu dapat menemukan ketenangan serta kemungkinan solusi secara lebih jernih dan konstruktif.

B. Saran

Tulisan tugas akhir berjudul "Harapan: Ekspresi Seni Lukis sebagai Respons terhadap Pesimisme" merupakan upaya reflektif yang berangkat dari pengalaman personal penulis dalam menghadapi perasaan pesimisme melalui medium seni lukis. Penulis menyadari bahwa karya ini masih memiliki keterbatasan, baik dari segi ruang lingkup kajian maupun pendekatan metodologis. Fokus utama tulisan ini lebih menitikberatkan pada respons individu dengan latar belakang seni sehingga belum mencakup eksplorasi pesimisme dari perspektif yang lebih luas seperti latar sosial, budaya, psikologis, atau profesi lainnya. Untuk itu, penulis berharap agar ke depan muncul penelitian-penelitian lain yang mengangkat tema serupa dengan pendekatan dan konteks berbeda sehingga diskursus mengenai pesimisme dapat berkembang secara lebih komprehensif dan multidisipliner.

Bagi siapa pun yang sedang mengalami pesimisme penting untuk memahami bahwa perasaan putus asa, kebingungan arah, kekecewaan, dan kegelisahan terhadap masa depan adalah bagian yang wajar dari pengalaman manusia. Namun, membiarkan diri terjebak dalam kondisi tersebut bukanlah solusi yang tepat. Diperlukan kesadaran untuk mengelola perasaan tersebut melalui cara-cara yang konstruktif dan sesuai dengan kemampuan serta latar belakang masing-masing individu. Salah satu langkah awal yang dapat dilakukan adalah dengan mengidentifikasi sumber utama dari perasaan pesimisme lalu mencari bentuk ekspresi atau solusi yang dapat meredakan tekanan tersebut baik melalui seni, tulisan, olahraga, aktivitas spiritual, maupun bentuk produktivitas lainnya. Penulis meyakini bahwa keajaiban dan perubahan tidak datang dengan sendirinya melainkan lahir dari upaya yang tulus, konsisten, dan penuh kesadaran. Oleh karena itu, semangat untuk terus mencoba dan berproses menjadi fondasi utama dalam menghadapi tantangan hidup dengan lebih bijak dan optimis.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, Lingga. 2017. *Pengantar Sejara dan Konsep Estetika*. Yogyakarta: PT Kanisius.
- Alamsyah, Femi Fauziah. Representai, Ideologi dan Rekonstruksi Media. *Al-lam; Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 3(2).
- <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jail/article/download/2540/163>
- Beelders, T., & Bergh, L. 2020. The role that composition plays in determining how a viewer looks at landscape art. *Journal of eye movement research*, 13(2), 10.16910/jemr.13.2.13.
<https://doi.org/10.16910/jemr.13.2.13>
- Fitriah, Elis Anisah. 2014. *Psikologi Sosial Harapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Kartika, Dharsono Sony. 2017. *Seni Rupa Modern Edisi Revisi*. Bandung: Rekayasa Sains
- Prescott, Paul. 2012. What Pessimism Is. *Journal of Philosophical Research*, 37, 10.5840/jpr20123716.
<https://philarchive.org/archive/PREWPI/1000>
- Rahmat, dkk. 2017. *Almanak Seni Rupa Indonesia Secara Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Salam, dkk. 2020. *Pengetahuan Dasar Seni Rupa*. Makasar: Badan Penerbit UNM.
- Salsabila, dkk. 2023. *The Dynamics of Quarter Life Crisis and Coping Strategies for Final Year Undergraduate Students*. Journal of Family Science.
- Sobur, Alex. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia

Sudarso, 2000. *Sejarah Perkembangan Seni Rupa Modern*. Jakarta: CV Studio Delapan Puluh.

Susanto, Mike. 2011. *Diksi Rupa*. Yogyakarta: DiktiArt Lab.

