

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Karya Tugas Akhir ini merepresentasikan ketertarikan penulis terhadap konsep hidup *slow living* dengan pola pikir *mindfulness*. Dilatarbelakangi oleh pengalaman penulis yang pernah tinggal di dua tempat yang memiliki perbedaan ritme aktivitas masyarakatnya, yaitu di Desa paciran, Jawa Timur dan di Kota Bekasi dan juga berawal dari dikritiknya tindakan yang menurut penulis dilakukan dengan kecepatan normal tapi oleh orang lain tindakan itu dinilai terlalu terburu-buru, semasa penulis tinggal di Desa. Pengalaman tersebut yang membuat penulis sadar *pace of life* masyarakat pedesaan dan perkotaan sangat berbeda. Akhirnya penulis mencoba mencari solusi bagaimana caranya masyarakat perkotaan tetap bisa merasakan ketenangan dan kedamaian di tengah *pace of life* yang cepat dan dinamis. Konsep *slow living* dengan pola pikir *mindfulness* akhirnya digunakan penulis untuk menjawab persoalan tersebut terlebih setelah menyadari sedikit banyak telah diterapkannya konsep tersebut di kehidupan pribadi penulis. Setelah menerapkan konsep tersebut penulis jadi terbiasa untuk memperhatikan hal-hal sekitar.

Hal yang tidak luput dari perhatian penulis tidak lain, yaitu menikmati pemandangan bentangan alam seperti langit, sawah, sungai, perbukitan dan citra alam lainnya, sehingga penulis menemukan sesuatu yang membuat perasaan kembali *rileks* di tengah aktivitas yang padat. Akhirnya lanskap alam menjadi citra yang digunakan untuk merepresentasikan perasaan tenang yang timbul dari penerapan *slow living*, menggunakan media dan medium seni lukis. Impresionistik menjadi gaya yang diterapkan dalam memvisualisasikan rasa ‘tenang’ dari kesan cahaya dan atmosfer melalui citra alam. Dengan memvisualkan citra alam yang pernah penulis lihat secara langsung maupun citra alam yang terbentuk karena imajinasi penulis. Proses penciptaan karya melewati melewati tahap kreatif yang panjang dimulai dari pencarian ide, persiapan alat dan bahan, proses melukis objek,

hingga *finishing*. Teknik yang digunakan untuk mendukung keartistikan karya lukis diantaranya, *alla prima*, *glazing*, dan *impasto*.

Setelah melalui proses pencarian ide dan penerapan teknik-teknik atau metode artistik untuk membentuk karya, akhirnya didapat capaian yang dicapai penulis. Capaian tersebut meliputi, karakteristik visual yang diinginkan dan sinkronisasi antara teknik dan konsep karya pada Tugas Akhir penulis, contohnya keberhasilan menciptakan kesan ruang yang sunyi dan tenang melalui kedalaman ruang lewat tingkat kecerahan warna (*value*) yang beragam dan tercipta kedalaman ruang melalui penerapan teknik *glazing*, pelapisan warna tipis yang dilakukan bertahap pada objek yang saling menumpuk. Melalui sapuan kuas (*brushstroke*) yang tebal pada teknik *impasto* merupakan keberhasilan membangun dimensi tekstur yang emosional, bukan merupakan emosi negatif melainkan kesan dinamis dan hidup. Seperti teknik *impasto* yang diterapkan pada objek rerumputan dengan sapuan yang terarah mengikuti arah gerak rumput tersebut sehingga memberi kesan rumput yang terkena hembusan angin.

Dibalik capaian pada proses penciptaan karya Tugas Akhir ini tentunya terdapat beberapa tantangan baik teknis maupun non-teknis. Tantangan teknis diantaranya, masih berkaitan dengan teknik yang digunakan dalam penciptaan karya, yaitu dalam penerapan teknik *alla prima* atau bisa disebut juga basah di atas basah seringkali penulis kurang tepat dalam memperkirakan tekanan pada goresan kuas sehingga percampuran atau gradasi cat baru yang di torehkan ke atas cat sebelumnya yang masih basah tidak tepat, sehingga kesan gradasi spontan yang ingin penulis ciptakan gagal karena harus mengulang sapuan kuas beberapa kali lagi sampai hasil yang diinginkan tercapai. Tantangan teknis selanjutnya berupa manajemen waktu, kebuntuan dalam pencarian citra alam yang akan penulis hadirkan dalam karya dan pengolahan warna yang seringkali tidak sesuai sehingga menguras banyak cat, dan tenaga. Untuk mengatasinya, penulis membuat target yang lebih spesifik seperti pengerjaan 2 karya maksimal selesai dalam 2-3 hari. Target tersebut tercapai pada karya ke-9 dan seterusnya. Sebagai solusi kebuntuan dalam pencarian citra alam dan warna, penulis mencari referensi fotografi lanskap alam atau lukisan-lukisan lanskap lain melalui website *pinterest*. Di sisi lain tantangan non-teknis yang penulis lalui dalam proses penciptaan karya Tugas

Akhir ini diantaranya, seringkali mengalami distraksi dan kebosanan dalam proses pengerjaannya. Agar distraksi dan kebosanan tidak terjadi secara berulang-ulang, penulis mengatasinya dengan menetapkan waktu 2 jam melukis 15 menit beristirahat, dan biasanya sesekali penulis menjeda kegiatan melukis tersebut pada bagian yang mudah bagi penulis sehingga setelah selesai beristirahat penulis bersemangat untuk melanjutkan kembali pengerjaan karya.

Karya yang dianggap paling memuaskan dalam Tugas Akhir ini adalah karya berjudul “Serenade Alam” karena karya ini memiliki penggarapan konsep, ide visual dan perwujudan yang matang. Ada juga karya favorit penulis adalah karya yang berjudul “Pendar Pertama” karena memiliki konsep visual yang diambil dari memori yang paling mengesankan bagi penulis yang berhubungan dengan memori masa kecil yang menyenangkan bersama ayah penulis. Dari 15 karya Tugas Akhir yang telah berhasil diselesaikan ini, tentu masih banyak kekurangan karena tidak lepas dari hambatan dan berbagai hal lainnya. Kekurangan tersebut diantaranya, beberapa detail pada karya lukis belum dicapai secara maksimal. Agar dapat memperbaiki berbagai kekurangan, kritik dan saran yang membangun diharapkan untuk menambah wawasan di masa mendatang.

B. Saran

Untuk saran pengembangan ke depan, penulis perlu memperdalam pemahaman aspek ketenangan dalam praktik *slow living* dengan pola pikir *mindfulness*, mengeksplorasi berbagai citra alam lebih banyak lagi agar tercipta nuansa warna-warna alam lainnya sehingga aspek ketenangan akan lebih terepresentasikan. Dengan dipilihnya topik konsep *slow living* dengan pola pikir *mindfulness* sebagai konsep pengkaryaan, topik tersebut bukan lagi sekedar gagasan visual tetapi juga pada praktiknya penulis mengadaptasi hal tersebut pada setiap proses berkarya. Sehingga tidak hanya terfokus pada hasil akhir tetapi juga menikmati segala proses eksekusi yang perlahan dan repetitif sebagai meditasi atau alat terapi bagi penulis. Bagi publik, karya ini diharapkan dapat membuka wawasan bahwa jika segala sesuatu dilihat dengan kesadaran, maka akan ada banyak hal yang bisa membawa diri pada ketenangan dan kebahagiaan. Alam salah satunya, khususnya bagi penulis alam selalu punya cara menyalurkan energi positif

seperti me-*restart* mata dan pikiran setelah seharian terjebak dalam rutinitas. Alam lebih dari sekedar tempat tinggal melainkan citra yang hadir sebagai representasi dari keindahan dan keagungan Sang Pencipta yang secara tidak langsung dapat membawa kedamaian pada jiwa.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Bahari, Nooryan. 2008. *Kritik Seni: Wacana, Apresiasi dan Kreasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Damaya, Tara. 2022. *Berani Melambat Saat Dunia Serba Cepat*. Yogyakarta: Charissa Publisher
- Damaya, Tara. 2024. *The Joy of Slow Living: Prinsip, Manfaat, dan Aktivitas Slow Living yang Dapat Diterapkan dalam Rutinitas Harian*. Yogyakarta: DIVA Press
- Dwi Marianto, M. 2017. *Art & Life Force in a Quantum Perspective*. Yogyakarta: Sritto Books Publisher
- Kartika, Dharsono S. 2007. *Kritik Seni*. Bandung: Rekayasa Sains Bandung
- Sumardjo, Jacob. 2000. *Filsafat Seni*. Bandung: Penerbit ITB
- Sunarto, dan Suherman. 2017. *Apresiasi Seni Rupa*. Yogyakarta: Thafa Media
- Susanto, Mikke. 2018. *Diksi Rupa: Kumpulan Istilah Dan Gerakan Seni Rupa (Edisi Ketiga)*. Yogyakarta: DictiArt Laboratory

Jurnal

- Cuello M, dan Oros L. 2014. "Serenity and Its Relationship to Prosocial and Aggressive Behaviors in Argentinean Children". Vol. 6 No.1 (2014) [www.researchgate.net]. https://www.researchgate.net/publication/270568671_Serenity_and_Its_Relationship_to_Prosocial_and_Aggressive_Behaviors_in_Argentinean_Children
- Jo H., Song C., dan Miyazaki Y. 2019. "Physiological Benefits of Viewing Nature: a Systematic Review of Indoor Experiments" dalam International Journal of Environmental Research and Public Health. Vol. 16 No.23, November 2019 <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6926748/>
- Rabbani N, dan Rinawati R. 2024. "Aktivitas Komunikasi Antar Budaya "Slow Living"" dalam Jurnal Riset Jurnalistik dan Media Digital (JRJMD). 4, No.2, Desember 2024.

https://www.researchgate.net/publication/388241515_Aktivitas_Komunikasi_Antar_Budaya_Slow_Living

Ruspandi AAK., dan Mahendra AS. 2018. "Penerapan *Healing Architecture* dengan Konsep *Slow Living* dalam Perancangan Ruang Publik Pereda Stres" dalam *Jurnal Sains dan Seni ITS*. 7, No. 2, 2018. <https://media.neliti.com/media/publications/489641-none-3b310ab4.pdf>

Sathiyaseelan A., dan Sathiyaseelan B. 2014. "Integrating '*Mindful Living*' For a Peaceful Life" dalam *The International Journal's Research Journal of Social Science & Management*. 4, No. 4, Agustus 2014. https://www.researchgate.net/publication/326244254_Integrating_'mindful_living'_for_a_peaceful_life

Laman

Anggraini, Dian. 2023. *Fungsi Thinner, Jeni dan Cara Pengaplikasiannya*. [monotaro.id]. <https://www.monotaro.id/blog/artikel/fungsi-jenis-cara-pengaplikasian-thinner>

Enrgtech. 2025. *What are Staple Guns and Why Do You Need One?* [www.enrgtech.co.uk]. <https://share.google/tcsL9pwL3cHhOjyRa> .

MontMarte. 2024. *Types of Art Brushes and Their Uses FAQs*. [www.montmarte.com]. <https://share.google/E91f8zreg3GHHGlk3> .

Robert, A. 2012. *Under Painting*. 1. <https://id.scribd.com/document/111085191/Under-Painting>

Wibowo, Hery. 2025. *Kebermaknaan Hidup dan Pola Pikir "Slow Living"*. [Kompas.com]. <https://lifestyle.kompas.com/read/2025/01/08/120545120/kebermaknaan-hidup-dan-pola-pikir-slow-living?page=all#page2>.

Zaro, Mutiatuz. *6 Alasan Seseorang Menikmati Gaya Hidup Fast Living*. [sumsel.idntimes.com]. <https://sumsel.idntimes.com/life/career/mutia-zahra-4/6-alasan-seseorang-menikmati-gaya-hidup-fast-living-c1c2>.