

Prolite - “Martha Stewart Aesthetic” & Gaya Hidup Kembali ke Alam: Nostalgia, Tenang, dan Super Instagramable!

Beberapa bulan terakhir, Pinterest dan TikTok rame banget sama satu tren yang bikin hati adem: “Martha Stewart aesthetic”. Bayangin kombinasi antara kebun sayur di halaman belakang, dapur hangat penuh aroma roti, dan rumah dengan sentuhan vintage yang rapi tapi nggak kaku.

Menurut data Pinterest, pencarian tren ini naik gila-gilaan, bahkan melonjak +2.889% hanya dalam setahun terakhir! Nggak cuma soal dekor rumah, tren ini juga nyentuh gaya hidup: mulai dari *chicken coop* alias kandang ayam estetik, *vegetable garden*, sampai konsep *homesteading* alias hidup lebih mandiri dan dekat dengan alam.

Menariknya, Gen Z yang katanya “generasi digital” malah jadi salah satu motor penggerak tren ini. Mereka mulai mencari keseimbangan lewat garden-to-table living, *digital detox*, dan dekorasi boho-farmhouse yang nostalgic tapi tetap *sustainable*.

Baca Juga: [3 Alasan Ilmiah Kenapa Gen Z Nggak Mau Kerja di Luar Jobdesk](#)

Apa Sih “Martha Stewart Aesthetic” Itu?

Garden-to-Table ala 'Martha Stewart': Bikin Hidup Lebih Fresh dan Sehat



Martha Stewart aesthetic terinspirasi dari ikon gaya hidup Martha Stewart, yang udah puluhan tahun dikenal sebagai ratu dekorasi, masakan rumahan, dan kebun cantik. Tapi versi 2025 ini punya sentuhan Gen Z: nggak terlalu formal, lebih santai, tapi tetap penuh detail estetik.

Bayangin, kamu bikin kopi di pagi hari sambil buka pintu ke kebun sayur mini, metik tomat ceri langsung dari pohonnya, lalu masak pasta buatan sendiri. Semua itu sambil rumah kamu didekorasi dengan linen lembut, warna-warna pastel, dan perabotan kayu natural.

Baca Juga: 4 Fakta Ilmiah Tentang Ikatan Emosional Kucing dan Pemiliknya

Kenapa Tren Ini Meledak Sekarang?

Menurut laporan Better Homes & Gardens (Juli 2025), tren ini naik karena dua alasan besar:

1. Post-pandemic reflection – Banyak orang nyadar pentingnya ruang nyaman dan aman di rumah.
2. Eco-conscious living – Orang mulai peduli sama keberlanjutan dan pengurangan jejak karbon.

Pinterest mencatat pencarian seperti *vegetable garden ideas*, *cottage kitchen decor*, dan *homesteading for beginners* meroket di berbagai negara, termasuk Indonesia.

Elemen-Elemen Khas “Martha Stewart Aesthetic”

Garden-to-Table ala 'Martha Stewart': Bikin Hidup Lebih Fresh dan Sehat



SHOP MY FAVORITES

The Martha Stewart Aesthetic

SOUTHERNHOMENDHOSPITALITY.COM



Kalau kamu mau coba tren ini, beberapa elemen kuncinya antara lain:

- Garden-to-table: Nanam sayur, buah, atau herba sendiri, lalu langsung dipakai masak.
- Dekor boho-farmhouse: Furniture kayu, kain linen, vas keramik, dan pencahayaan hangat.
- Kegiatan DIY: Bikin roti sendiri, selai buah, sampai kerajinan tangan.
- Hewan peliharaan produktif: Ayam kampung untuk telur segar, atau lebah untuk madu.

Menurut New York Post (Juli 2025), bahkan *chicken coop* yang cantik sekarang jadi bagian dari estetika rumah, bukan cuma area belakang yang tersembunyi.

Manfaat Gaya Hidup Kembali ke Alam

Gaya hidup ala Martha Stewart ini bukan cuma soal *look*, tapi juga punya banyak manfaat:

- Kesehatan mental: Berkebun dan masak sendiri terbukti mengurangi stres.
- Kesehatan fisik: Makan lebih banyak makanan segar dan organik.
- Keuangan: Meski awalnya butuh modal (buat alat kebun, bibit, dll), lama-lama bisa hemat karena nggak perlu beli sayur setiap hari.
- Lingkungan: Mengurangi sampah plastik dan jejak karbon.

Cara Mulai Tanpa Ribet!

Nggak punya kebun luas? Tenang. Kamu bisa mulai dari:

- Herb pot di dapur (daun basil, rosemary, daun mint).
- Vertical garden untuk lahan sempit.
- Dekor reuse: Pakai ulang botol kaca bekas untuk vas bunga.
- DIY weekend project: Coba bikin roti atau pasta dari nol.

Kalau mau lebih niat, bisa gabung komunitas urban farming atau ikut workshop *homesteading* yang sekarang banyak diadakan di kota-kota besar.

Waktunya Balik ke Akar!

"Martha Stewart aesthetic" bukan sekadar tren Instagramable—ini adalah undangan buat kita untuk melambat, lebih sadar sama apa yang kita konsumsi, dan nemuin kebahagiaan dari hal-hal sederhana. Dari metik tomat di pagi hari, bikin kue di sore hari, sampai duduk santai di teras sambil minum teh herbal buatan sendiri.

Kalau kamu udah jenuh sama hiruk pikuk kota dan terus-menerus terhubung ke layar, mungkin ini saatnya kamu coba bawa sedikit "Martha Stewart" ke hidupmu. Siapa tahu, di antara aroma lavender dan roti hangat, kamu nemuin versi terbaik dari dirimu sendiri.

Jadi, siap buat nyemplung ke dunia garden-to-table dan homesteading ala Gen Z?



Baca Selanjutnya
[Cek Tekanan Ban, Tips Penting untuk Keselamatan Berkendara](#)