

# Lukisan Realisme vs. Impresionisme: Mana yang Lebih Memikat Hati?

Category: LifeStyle

8 Desember 2024



## Prolite – Lukisan Realisme vs. Impresionisme: Mana yang Lebih Memikat Hati?

Siapa di sini yang suka menikmati lukisan? Entah itu di museum, galeri seni, atau sekadar di layar ponsel, karya seni selalu punya cara untuk membuat kita terpukau.

Nah, di dunia seni rupa, ada dua aliran yang sering jadi perbincangan: **Realisme** dan **Impresionisme**. Keduanya punya gaya yang unik, tapi mana yang lebih menarik? Yuk, kita bahas dan

cari tahu aliran mana yang lebih memikat hati kamu!

# Mengenal Lukisan Realisme dan Impresionisme



## Lukisan Realisme: Seni yang Seperti Foto

Realisme adalah aliran seni yang fokus menggambarkan kehidupan sehari-hari **se-realistic mungkin**. Jadi, kalau kamu melihat lukisan realisme, rasanya kayak melihat foto karena detailnya benar-benar mirip dengan dunia nyata.

Aliran ini muncul di abad ke-19 sebagai bentuk protes terhadap seni romantisme yang dianggap terlalu “mengkhayal”. Para pelukis realisme ingin menunjukkan kehidupan **seperti apa adanya**, termasuk sisi kerasnya hidup masyarakat biasa.

Contohnya, lukisan terkenal berjudul **“The Gleaners”** karya **Jean-François Millet**. Dalam karya ini, kita bisa melihat tiga perempuan petani yang sedang memungut sisa-sisa gandum di ladang. Lukisan ini nggak cuma indah, tapi juga menyampaikan pesan kuat tentang perjuangan hidup rakyat kecil.

## Lukisan Impresionisme: Seni yang Bermain dengan Cahaya

Di sisi lain, **Impresionisme** adalah aliran seni yang lebih fokus pada menangkap **kesan sekilas (impression)** dari sebuah momen.

Pelukis impresionisme nggak terlalu peduli dengan detail realistik. Sebaliknya, mereka lebih suka mengeksplorasi permainan cahaya, warna, dan suasana.

Aliran ini lahir di akhir abad ke-19 sebagai bentuk pemberontakan terhadap seni tradisional. Salah satu contoh

paling ikonik adalah “**Water Lilies**” karya **Claude Monet**, yang menggambarkan bunga-bunga teratai di permukaan air. Meski nggak terlalu detail, lukisan ini punya efek visual yang bikin hati tenang dan damai.

## Cara Menikmati Lukisan dari Kedua Aliran



Setiap aliran seni punya cara unik untuk dinikmati. Kalau kamu suka **menghargai detail dan cerita di balik sebuah lukisan**, realisme mungkin lebih cocok untukmu.

Contohnya, saat melihat “The Gleaners,” kamu mungkin bakal terkesan dengan bagaimana pelukisnya menggambarkan tekstur pakaian, ekspresi wajah, hingga suasana ladang yang sangat nyata.

Sebaliknya, kalau kamu lebih suka menikmati suasana dan bermain dengan imajinasi, impresionisme bisa jadi pilihan. Lukisan impresionis biasanya memanfaatkan sapuan kuas yang lembut dan warna-warna cerah untuk menciptakan suasana tertentu.

Saat melihat “Water Lilies,” kamu mungkin merasa seperti sedang duduk di tepi kolam, merasakan angin sepoi-sepoi, dan menikmati keindahan alam.

Intinya, realisme lebih “apa adanya,” sementara impresionisme lebih mengajak kita untuk berimajinasi. Dua-duanya menarik, tergantung mood dan selera kamu!

## Contoh Karya Terkenal: Realisme vs.

# **Impresionisme**

## **Lukisan Realisme: “The Gleaners” oleh Jean-François Millet**



- **Tahun dibuat:** 1857
- **Cerita di baliknya:** Millet menggambarkan kehidupan para petani miskin di Prancis dengan sangat detail. Fokus utamanya adalah tiga perempuan yang sedang memungut sisa-sisa gandum setelah panen. Lukisan ini mengangkat tema ketimpangan sosial, karena di latar belakang terlihat tumpukan gandum besar milik orang kaya.

## **Lukisan Impresionisme: “Water Lilies” oleh Claude Monet**



- **Tahun dibuat:** 1899-1926 (ada banyak seri)
- **Cerita di baliknya:** Monet terinspirasi oleh taman bunga di rumahnya di Giverny, Prancis. Ia mencoba menangkap refleksi cahaya dan warna pada permukaan air. Hasilnya adalah lukisan yang indah dan sangat menenangkan. Banyak orang bilang, karya ini bikin kita merasa lebih dekat dengan alam.

## **Mana yang Lebih Menarik untukmu? Lukisan Realisme atau Impresionisme?**

Dua-duanya punya daya tarik masing-masing. Kalau kamu suka seni yang lebih realistik dan penuh cerita, kamu mungkin bakal lebih jatuh cinta pada realisme.

Tapi kalau kamu tipe orang yang suka menikmati seni secara santai dan lebih mengutamakan suasana, impresionisme jelas bakal jadi favoritmu.

Yang jelas, seni itu nggak ada yang salah atau benar. Semua tergantung cara kita menikmatinya. Kadang, lukisan realisme bisa bikin kita terinspirasi, sementara impresionisme bikin kita rileks dan melupakan stres sejenak.

## **Yuk, Nikmati Seni dengan Caramu Sendiri!**

Jadi, setelah membaca ini, aliran mana yang lebih menarik buat kamu? Atau jangan-jangan kamu suka dua-duanya?

Apa pun pilihannya, jangan lupa untuk sering-sering menikmati seni. Kunjungi galeri seni atau museum di kotamu, dan biarkan dirimu tenggelam dalam keindahan karya seni.

Selain menyenangkan, menikmati seni juga bisa jadi bentuk terapi untuk meredakan stres dan mengisi ulang energi.

Jadi, kapan nih mau mulai jalan-jalan ke museum? Yuk, ajak teman atau keluarga kamu buat menikmati keajaiban seni bareng-bareng. Selamat menjelajahi dunia lukisan! ☺

---

## **Temukan Inner Peace dengan Art Therapy : Mengubah Stres Jadi Karya Seni di Kanvas**



**Prolite** – Pernah nggak sih, ngerasa hidup begitu berat? Pikiran jadi penuh dan overthinking nggak bisa dihindari? Nah, ternyata ada cara yang seru banget buat membantu mengatasi hal-hal seperti itu, yaitu dengan *art therapy*!

Yep, seni yang satu ini bukan cuma tentang menciptakan gambar indah, tapi juga bisa jadi jalan untuk menyembuhkan pikiran.

Daripada cuma jadi penikmat seni, kenapa nggak coba jadi pelukisnya? Yuk, kita ulik gimana seni bisa jadi jalan untuk menemukan kedamaian dalam diri!

## Apa Itu Art Therapy?



*Ilustrasi – Art Therapy South Africa*

*Art therapy* atau terapi seni adalah sebuah metode penyembuhan yang menggunakan seni, seperti melukis dan menggambar, sebagai alat untuk mengeksplorasi perasaan, menyelesaikan konflik emosional, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kesejahteraan mental secara keseluruhan.

Yang keren dari *art therapy* ini adalah kamu nggak perlu jago

gambar untuk menikmatinya. Nggak ada aturan bahwa hasilnya harus sempurna atau indah—yang penting adalah proses kreatif yang kamu lalui.

Amelia Devina, Co-Founder Kriyajiva Art Therapy and Healing Center, mengungkapkan bahwa sumber stres dalam hidup kita beragam, dan salah satunya adalah *overthinking*.

Menurut Amelia, *art therapy* bisa jadi salah satu cara ampuh untuk menangani *overthinking* ini.

## Bagaimana Melukis Bisa Membantu Proses Penyembuhan Mental?



*Ilustrasi – iStock*

Melukis bisa jadi jalan untuk mengekspresikan apa yang sulit diungkapkan dengan kata-kata.

Misalnya, saat kita merasa stres, cemas, atau bahkan terjebak dalam pikiran negatif, melukis bisa menjadi media untuk mengeluarkan semua emosi tersebut.

Proses melukis membantu kita fokus pada momen saat ini, menjauhkan pikiran dari hal-hal yang mengganggu.

Amelia juga menjelaskan bahwa dalam *art therapy*, yang penting bukanlah keindahan hasil gambar, melainkan bagaimana proses menggambar itu dilakukan.

*“Bukan kebagusannya gambarnya, tapi sebenarnya bagaimana proses kita dalam menggambar. Apa makna yang kita bisa dapatkan dari hasilnya juga,” ungkapnya.*

Dengan melukis, kita bisa merasakan relaksasi, mengurangi stres, dan bahkan menggali kreativitas yang mungkin selama ini tersembunyi.

Nggak cuma itu, art therapy juga bisa jadi cara untuk healing dari trauma atau luka masa kecil yang belum sembuh.

Amelia menambahkan, “*Untuk orang dewasa, sesederhana kita bisa relaksasi, kita bisa release stress, kita bisa menggali kreativitas kita, dan bahkan bisa masuk ke trauma healing atau inner child healing.*” Keren, kan?

## Manfaat Art Therapy untuk Semua Kalangan



*Ilustrasi seorang anak yang sedang melukis – Freepik*

Art therapy nggak cuma bermanfaat buat orang dewasa, tapi juga buat remaja dan anak-anak. Untuk anak-anak, misalnya, metode ini bisa membantu merangsang perkembangan otak dan motorik mereka.

Jadi, selain menyenangkan, melukis juga punya manfaat yang luar biasa untuk perkembangan mereka.

“*Untuk anak-anak, bahkan bisa sampai membantu merangsang otak mereka agar lebih brain develop, dan juga bisa untuk motoriknya mereka,*” jelas Amelia.

Melukis sebagai terapi adalah sebuah metode yang fun dan efektif untuk menyembuhkan pikiran.

Lewat proses kreatif ini, kita bisa menemukan cara baru untuk menghadapi stres, menggali kreativitas, dan bahkan menyembuhkan luka batin.

Jadi, nggak ada salahnya untuk mulai meluangkan waktu buat melukis, kan?

Siapa tahu, lewat goresan-goresan di atas kanvas, kita bisa menemukan kedamaian dan kebahagiaan yang selama ini kita cari.

*So, siap mencoba art therapy? Grab your brushes and let the healing begin! ☺*