

## PROSES PENCIPTAAN KARYA FOTOGRAFI *EKSPRESI HUMAN* DENGAN PENDEKATAN TEKNIK *MULTIPLE EXPOSURE*

Alya Fadhilla<sup>1</sup>, Didit Endriawan<sup>2</sup>, Dyah Ayu Wiwid Sintowoko<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> *Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom, Jl. Telekomunikasi No 1, Terusan Buah Batu – Bojongsoang, Sukapura, Kec. Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jawa Barat, 40257*  
*alyafadhilla@student.telkomuniversity.ac.id, didit@telkomuniversity.ac.id,*  
*dyahayuws@telkomuniversity.ac.id*

**Abstrak:** Laporan Karya Tugas Akhir ini Fotografi ini untuk menghasilkan suatu foto dengan hasil yang bagus, diperlukan juga fotografer yang cerdas dan kreatif dalam mengekspresikan suatu karya dalam visual, baik dalam segi teknik kamera maupun wacana dalam proses penciptaan karya. Hasil karya fotografi ini memiliki sebuah gambaran visual dengan makna konotatif dan denotatif yang tidak dapat dipisahkan. Dalam ekspresi secara langsung mewujudkan sebuah rasa melalui karya menggunakan teknik *multiple exposure*. Sebuah karya fotografi yang dihasilkan memiliki makna dalam bentuk kepedulian fotografer terhadap ungkapan rasa dalam proses penciptaan karya. Dalam proses penciptaan ini yang sudah dijelaskan dalam judul, penulis mencoba representasikan sebuah gambaran ekspresi emosional melalui gambar visual yang di satukan dalam satu fotografi. Untuk memahami karya ini, penulis menganalisis sebuah warna dengan sisi positif dan negatif untuk membuat penikmat karya lebih memahami isi dalam sebuah foto tersebut.

**Kata Kunci:** Fotografi, *Multiple Exposure*, Ekspresi, Kesehatan Mental, Warna.

**Abstract:** *This Final Project Report Photography to produce a photo with good results, it is also necessary to have a photographer who is smart and creative in expressing a work visually, both in terms of camera technique and discourse in the manufacturing process. The results of this photographic work have a visual image with connotative and denotative meanings that cannot be separated. In the expression directly embody a feeling through the work using the multiple exposure technique. A photographic work that is produced has meaning in the form of the photographer's concern for the expression of taste in the process of creating the work. In this process which has been described in the title, the author tries to describe an emotional expression through visual images that are united in one photography. To understand this work, the author analyzes a color with positive and negative sides to make the audience understand the work better in a photo.*

**Keywords:** *Photography, Multiple Exposure, Expression, Mental Health, Color.*

### PENDAHULUAN

Menurut laporan dari UNICEF pada tahun 2021, gangguan mental sudah banyak dialami oleh setiap anak dan pengasuh mereka dari abad 21. Dengan menanggung beban pada abad 21 belum memiliki atau kesadaran dalam penanganan untuk mengatasi gangguan kesehatan mental pada setiap manusia terutama wanita. Dalam data terbaru, perkiraan sudah lebih dari 1 hingga 7 remaja yang di diagnosa terkena gangguan mental yang diperkirakan rentan berusia 10 sampai 19 tahun di dunia. Di setiap tahun, tindakan bunuh diri banyak merenggut nyawa hampir 46.000 jiwa remaja yang tersebar di seluruh dunia. Penyebab utama yang didasari gangguan mental hanya 1 dari 5 penyebab utama kematian pada remaja. Dengan demikian, laporan ini menemukan bahwa secara global anggaran kesehatan yang dialokasikan untuk masyarakat yang terkena gangguan mental hanya mencapai 2 persen dalam penanganannya. Gangguan kesehatan mental yang biasa dialami masyarakat yaitu, Autisme, Bipolar, *Anxiety*, Depresi, skizofrenia dan ADHD yang biasa dialami oleh anak-anak dalam proses pertumbuhan mereka. Penyakit tersebut dapat menghambat kegiatan atau kesehatan di masa pertumbuhan mereka dan menghambat proses masa depan dalam berkembang. Dalam laporan analisis dari *London School of Economics*, dampak alokasi dana pada gangguan kesehatan mental pada remaja dapat menyebabkan kematian yang diperkirakan mencapai \$390 miliar per tahun.

Hasil laporan dari UNICEF mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental di masa pandemi yaitu, pola asuh, lingkungan sekitar, pengalaman dari tiap individu, kemiskinan, pendidikan, kekerasan atau penganiayaan semasa hidup dan diskriminasi yang sering terjadi terhadap anak remaja. Dalam pengaruh positif dapat dilakukan dalam lingkungan pola asuh penuh kasih sayang terhadap anak dan sekolah yang aman untuk berinteraksi dalam pertumbuhan anak untuk memberikan energi positif di masa depan. Beberapa stigma yang mempengaruhi kesehatan mental mendapatkan hambatan dan minimnya pendanaan pada pemerintah untuk ditangani lebih lanjut pada

anak remaja.

Sementara itu, Kementerian Kesehatan di Indonesia mencatat ada 45 rumah sakit jiwa di 23 provinsi yang ada di Indonesia yang harus melayani penduduk berjumlah 262 juta jiwa. Pelayanan di rumah sakit jiwa saat ini masih di dominasi pelayanan tersier di rumah sakit jiwa yang hanya tersebar di beberapa kota besar. Menurut standar dari *World Health Organization* (WHO), jumlah tenaga psikolog dan psikiater memiliki perbandingan jumlah pendudukan yaitu, 1:30 ribu atau 0,03 per 100.000 penduduk yang ada di Indonesia. Pelayanan kesehatan sangat penting di berikan pada masyarakat dengan pendekatan komunitas melalui media elektronik yang memberi informasi mengenai kesehatan mental. Dengan informasi yang kurang pelayanan dasar seharusnya di tangani oleh puskesmas terlebih dahulu, tetapi menjadi tugas besar rumah sakit, karena tidak ada sistem jelas tentang pola rujukan untuk kesehatan itu sendiri. Dukungan pemanfaatan teknologi informasi dalam pelayanan kesehatan mental baik dari pemerintah dan beberapa rekomendasi inovasi perawatan kolaboratif disertai dari pemanfaatan teknologi yang secara optimal dapat memberikan peluang bagi masyarakat dalam menjangkau layanan masyarakat. Dengan demikian, kegiatan pelayanan masyarakat lebih optimal dan mudah untuk dilakukan dengan baik melalui informasi dari media elektronik. Pandemi Covid-19 mempengaruhi sebuah tatanan kehidupan manusia, seperti kesenian, khususnya seni rupa. Dalam pemahaman untuk yang berkaitan dengan pengelolaan waktu serta kontrol dari masing-masing seniman dalam penciptaan karya. (Trihanondo D, Endriawan D :2022)

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan peneliti dari University of Basel di Switzerlnad, keadaan dalam mengekspresikan emosional lebih perempuan lebih mengungkapkan emosional berlebih dibandingkan laki-laki yang memiliki perbedaan struktur otak. Insula anterior adalah struktur otak yang terlibat pada pengenalan emosi sebesar 19% yang peka akan perasaan dan emosi.

Atas penelitian ini, penulis mencoba representasikan gangguan kesehatan mental pada anak dan remaja melalui visual fotografi menggunakan teknik *multiple exposure* yang dapat menyampaikan isi makna dengan ekspresi seseorang dalam gangguan kesehatan melalui visual yang lebih mudah di sampaikan menggunakan media. Dalam penciptaan karya fotografi ini, penulis akan mengeksplorasi penggabungan antara gangguan kesehatan mental dengan teknik *multiple exposure*. Penggunaan warna dalam penciptaan karya juga menampilkan dua warna yang memiliki arti tersendiri. Penggabungan fotografi dengan kesehatan mental juga menjelaskan pentingnya psikologis seseorang dengan menggunakan ekspresi dalam karya yang diciptakan dengan teknik *multiple exposure*. Warna menjelaskan hal dalam *psikologis* seperti, merah yang artinya negatif dan biru artinya positif, dengan ini proses penciptaan menjelaskan proses penciptaan karya dari ekspresi *mental health*.

## **LANDASAN TEORI DALAM PENCIPTAAN KARYA**

### **Teori Psikologis**

Pada tahun 2010, Walgiato menyatakan bahwa ilmu psikologis dapat dipelajari melalui perilaku atau aktivitas dari tiap individu untuk melatih motorik tiap individu yang memiliki gangguan kesehatan mental. Dalam beberapa emosional yang memiliki keterkaitan dalam reaksi psikologis tiap individu menentukan dinamika dari beberapa ahli untuk berkaitan dengan aspek psikologi dengan suatu masalah gangguan kesehatan dengan fenomena tertentu.

### **Teori Ekspresi**

Menurut buku Garis Besar Estetika (Filsafat Keindahan) oleh *The Liang Gie, Benedeto Croce* (1976:75) seni adalah suatu ungkapan ekspresi setiap seniman yang berkaitan dengan aliran seni seperti melukis aktualisasi yang sudah di distorsikan melalui emosional seniman seperti, kesedihan, kekerasan dan tekanan

batin berat. Secara objek, ekspresionisme memiliki bentuk atau warna yang menunjang suasana dalam potret dari pada menurut realitasnya.

### **Teori Emosi**

Menurut Kartono pada tahun 1995, dalam suatu kematangan emosi menjadikan keadaan dengan kondisi pencapaian tingkat kedewasaan seseorang dalam perkembangan emosional. Dengan kepribadian ini yang berangkutan tidak menampilkan emosi seperti kanak-kanak yang telah mencapai kematangan secara lebih baik terhadap emosional.

### **Teori Warna dalam Psikologi**

Keterkaitan warna dalam *psikologis* sangat berpengaruh bagi setiap individu. Warna salah satu contoh pembentukan ekspresi dalam tiap arti warna tersendiri. Warna dan lingkungan termasuk dalam pengembangan dan penyembuhan bagi motorik pasien. Pembentukan warna mempengaruhi suasana hati lebih positif dari sebelumnya.

### **Teori Seni**

#### **Penciptaan Fotografi**

Menurut Sudarma (2014), fotografi merupakan suatu proses penggambaran melalui cahaya dengan merekam dari pantulan cahaya media digital yang biasa disebut kamera. Secara keseluruhan, fotografi adalah suatu media mengungkapkan sebuah karya dengan hasil gambar atau foto dari suatu objek pantulan cahaya yang peka akan media

#### **Penciptaan Ekspresi dengan Fotografi**

Menurut Soedjono pada tahun 2007, fotografi ekspresi adalah sebuah karya yang dirancang dengan konsep tertentu yang memilih objek foto. Penciptaan karya ekspresi fotografi memiliki makna suatu medium karya ekspresi untuk menampilkan jati diri dalam fotografi seni yang diciptakan melalui karya seni murni fotografi (*Fine Art Photography*) yang memiliki nilai estetis seni di

dalamnya.

### **Shutter Speed**

Menurut Dharsito pada tahun 2014, teknik ini dikenal sebagai sensor kamera untuk menangkap citra pada objek. *Shutter Speed* <sup>[1]</sup> Bagian ini merupakan di mana pengguna kamera dapat menentukan cepat atau lambat dari rana kamera untuk bisa membuka dan menutup pengaturan jumlah cahaya yang melewati diafragma dari pantulan cahaya pada objek. Pada *Shutter Speed* memiliki aturan jumlah dengan angka seperti, 1 per sekian detik. Contohnya seperti pada *Shutter Speed* paling cepat adalah 1/1000 detik sedangkan pada *Shutter Speed* paling lambat 1/25 detik. Dalam tangkapan cahaya itu sensor lebih banyak dapat gambar dengan cahaya lebih terang.

### **ISO**

Menurut Darsito pada tahun 2014 juga, ISO sendiri menjadi acuan standar internasional untuk kepekaan pantulan cahaya pada objek di kamera fotografi yang berbeda. Dari angka ISO yang menjadi standar penggunaan dalam kamera yaitu, pada ISO rendah 100 dan Pada ISO tinggi 6400. Dalam angka tersebut mengemukakan bahwa semakin sensitif gambar semakin terang juga pantulan cahaya.

### **Diafragma/Aperture**

Menurut Yozardi pada tahun 2013, diafragma sebuah alat pengatur pantulan cahaya pada kamera, yang bisa menjadi bukaan atau menutup dalam sebuah kamera. Dalam contoh diafragma (*aperture*) mempunyai lensa 17-50mm itu f/2 untuk bukaan 2.8, sedangkan dengan lensa 18-55mm f/3 hanya bisa bukaan sampai 3,5.

### **Multiple Exposure**

Menurut Heru Sukma (2018), *multiple exposure* adalah sebuah teknik dalam memotret dengan menggabungkan dua foto atau lebih menjadi sebuah

*frame* dengan tujuan agar foto yang dihasilkan menjadi dramatis. Teknik *multiple exposure* sudah ada sejak adanya kamera analog dan lebih mudah di zaman kamera digital seperti di era sekarang.

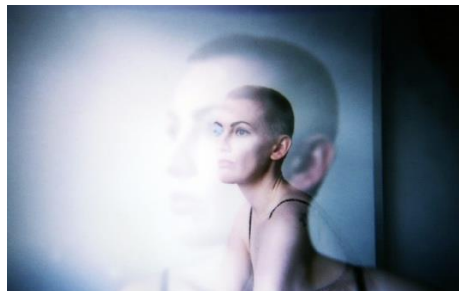
### **Warna dalam Seni**

Menurut Hirsch (2005) dalam sebuah fotografi warna, foto dapat dihasilkan dengan beberapa cara, yaitu menggunakan filter yang akan mengubah seluruh nuansa dalam warna fotografi tersebut. Dalam klasifikasi warna memiliki 2 tingkatan warna yaitu sekunder dan tersier. Percampuran warna turunan seperti, merah, kuning dan biru itu termasuk pada warna sekunder. Sedangkan pada warna tersier itu gabungan antar warna sekunder dengan primer.

### **REFERENSI SENIMAN**

#### **Elegia**

Elegia adalah seorang seniman otodidak yang berasal dari Skotlandia. Ia mengemukakan dirinya sebagai seorang seniman pada tahun 2013. Elegia terjun ke dunia fotografi melalui permodelan pada akhir tahun 2011 yang mengajarkannya dalam berekspresi dalam suatu karya ataupun visual. Elegia juga pernah tinggal di Mancsheter dan bekerja pada media analog. Pada saat bekerja di media analog ia mengeksplorasikan *dismorfia* tubuh dengan gangguan bipolar. Ia juga memiliki penyakit gangguan mental yang di alaminya pada tahun 2012. Dalam fotografi ini ia memfokuskan diri untuk bisa pulih dengan berekspresi membuat karya visual berkaitan dengan bipolar.



Gambar 1. Karya Seniman Elegia "terapi dalam fotografi"

(Sumber: <https://fragmentary.org/elegia/>, 2013)

### Igor Madjinca

Igor Madjinca adalah seorang seniman fotografi yang aktif dalam teknik *multiple exposure*. Ia berasal dari *New York*, Amerika Serikat. Dalam setiap hasil karyanya Igor Madjinca menampilkan di beberapa *platform* media sosial untuk menyajikan karya yang ia potret. Selain aktif dalam teknik *multiple exposure*, Igor juga aktif dalam karya seni eksperimental yang ia sajikan di beberapa *platform* seperti, *pinterest*, *stocksy*, *linkedin* dan *facebook*.



Gambar 2. Karya Seniman Igor Madjinca "Eksperimental in *double exposure shadows*"  
(Sumber: <https://www.stocksy.com/1909922/experimental-double-exposurereflection-colorful-glassportraitdouble-exposureart>, 2018)

### Branko Starcevic

Branko Starcevic adalah seorang fotografer potret yang berbasis di Beograd. Setelah kegembiraan, ia telah membangun portofolio yang kuat dengan penekanan pada periklanan dan fotografi olahraga. Sebagai fotografer studio berpengalaman, Starcevic mencakup semua aspek fotografi profesional tetapi ciri artistiknya tidak dapat dipisahkan dari fotografi potret. Gayanya yang dapat dikenali dan disempurnakan dicirikan oleh pencahayaan cerdas dan pendekatan *simple* yang sering kali condong ke *hyper realisme*, secara dramatis ditingkatkan dengan palet *chiaroscuro* yang terkendali. Profil fotonya yang mengesankan terdiri dari kolaborasi agensi (McCann Ericsson, *Ovation* BBDO, Leo Burnett, dll.)



dan pekerjaan individu untuk *influencer* dalam olahraga, bisnis, dan industri kreatif.



Gambar 3. Karya Seniman Branko Starcevic "Young woman with use multi exposure photography technique"

(Sumber: <https://www.stocksy.com/2309059/multi-exposure-portrait>, 2018)

## KONSEP DALAM PENGKARYAAN DAN PROSES PENCIPTAAN KARYA

### Konsep Karya

Konsep karya ini memiliki arti bagi yang menggambarkan suatu kesehatan mental melalui warna dan teknik dalam sebuah proses berkarya. [SEP] dalam berkarya penulis membuat konsep dengan gabungan aktivitas individu yang menjadi objek untuk suatu karya di setiap alur kehidupan. Ekspresi emosional dalam fotografi, dalam setiap individu memiliki masalah pribadi. Penggabungan antar fotografi dan psikis seseorang membuat hal menarik untuk di lakukan sebuah karya karna dapat menceritakan suatu pikiran dan batin seseorang melalui gambaran visual yang kontras dengan memiliki sebuah arti dalam tiap gambar tersebut. Dengan teknik *multiple exposure* memperlihatkan bahwa dalam satu gambar memiliki bayangan foto dan menghasilkan seakan membentuk kolase foto yang menceritakan memori emosional (Sintowoko, 2022:01).

## PROSES PENCIPTAAN KARYA

### Sketsa dalam penciptaan karya

Dalam proses penciptaan karya, penulis membuat suatu sketsa untuk menggambarkan suatu proses sebelum pembuatan karya untuk bisa disajikan dalam hasil karyanya. Pembuatan sketsa menggunakan sketsa digital dengan sedikit warna samaran untuk memperlihatkan bayangan yang akan dihasilkan. Penulis menggunakan dua warna sketsa yaitu, merah dan biru dari spidol.

### ***Stress expression in mind*** (Ekspresi stres dalam sebuah pikiran)<sup>[1]</sup><sub>[SEP]</sub>

Dalam pembuatan ini sketsa yang menggunakan ekspresi stres dalam sebuah pikiran. Penulis membuat sebuah digital sketsa yang menggambarkan seorang wanita yang sedang stres terhadap isi pikirannya. Di visualisasikan melalui dua bayangan kontras. Stres merujuk kepada setiap individu manusia yang biasanya mendorong energi negatif dari tubuh secara tiba-tiba yang biasa di alami setiap manusia.



Gambar 12. Sketsa Ekspresi stres dalam sebuah pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Expression of anger in mind*** (Ekspresi suatu amarah dalam pikiran)

Sketsa dari ekspresi amarah dalam pikiran ini menciptakan suatu dinamika dari dua potret seorang wanita dengan ekspresi stres dan amarah yang

sebenarnya ada dikepalanya. Penciptaan karya sketsa ini untuk memperlihatkan dua sisi berbeda dari dua potret tersebut dengan menggunakan sketsa digital.



Gambar 13. Sketsa Ekspresi suatu amarah dalam pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

#### ***Expression of sadness in mind* (Ekspresi kesedihan dalam suatu pikiran)**

Sketsa dari ekspresi kesedihan dalam suatu pikiran ini menggambarkan seorang wanita yang sedang merenung di dalam pikiran kesedihannya, dengan demikian penulis membuat bayangan dalam suatu gambar disketsa ini juga menampilkan dua bayangan foto. Hasil foto akan diperlihatkan menggunakan foto digital.



Gambar 14. Sketsa Ekspresi kesedihan dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Expression of fear in mind (Ekspresi ketakutan dalam suatu pikiran)***

Sketsa ekspresi ketakutan dalam suatu pikiran ini menampilkan bayangan seorang wanita yang sedang duduk dengan melihat ke arah kamera dan isi kepala bayangan sedang melihat ke atas. Dua bayangan menampilkan dinamis agar terlihat ekspresi dalam suatu mental yang ada di dalam pikiran.



Gambar 15. Sketsa Ekspresi depresi dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Depressed expression in mind (Ekspresi depresi dalam suatu pikiran)***

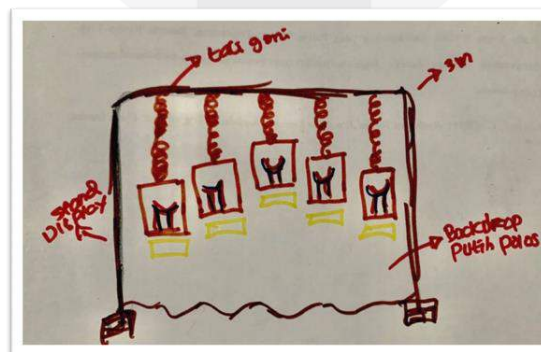
Dalam pembuatan sketsa yang menggunakan ekspresi depresi yang ada di dalam suatu pikiran ini menggunakan teknik untuk memperlihatkan seorang wanita yang sedang terkena depresi yang ada di pikirannya. Dalam potret tersebut wanita sedang duduk dengan bayangan yang sedang melihat ke arah depan yang penuh emosional mendalam. Sketsa menggunakan digital ini menggunakan sedikit warna untuk memberi bayangan yang ada dalam foto tersebut.



Gambar 16. Sketsa Ekspresi ketakutan dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### **Display Karya**

Dalam proses penciptaan karya, untuk menggunakan *backdrop* dalam penyajian karya, penulis membuat sebuah konsep *display* untuk menyajikan karya yang lebih layak untuk dilihat. Dalam proses penyajian, penulis menggunakan bahan seperti tali goni dan kain putih. Dalam penyajian juga penulis menggunakan *stand* karya yang dilapisi dengan kain putih sepanjang 3m. kain putih ini berarti tulang seperti warna tulang kita yang menggambarkan manusia. Sedangkan tali goni yang menjadi tempat pergantungan, hasil dari gambar foto ini bisa dikonotasikan sebagai gantung diri.



Gambar 17. *Display* Karya Penyajian dalam Hasil Karya  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Rehearsel Proses Photoshoot***

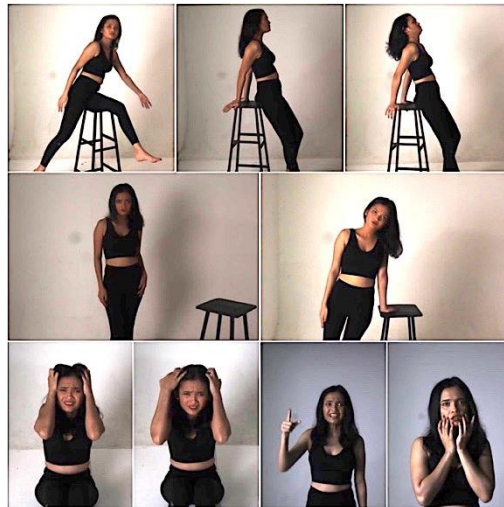
Penulis melakukan percobaan dalam proses penciptaan karya di studio dengan merancang beberapa tata letak posisi alat dalam proses penciptaan karya yang sudah dijelaskan dalam gagasan proses berkarya. Dalam pengekseskuan karya disesuaikan gagasan konsep untuk mempersingkat dalam proses berkarya.



Gambar 18. Percobaan *lighting* pada Proses *Photoshoot*  
(Sumber: Penulis, 2022)

### **Eksekusi Berkarya**

Pengambilan gambar pada studio dan ruangan yang sedikit pencahayaan memberikan kesan kontras pada suatu penyajian karya untuk konsep yang telah di sajikan. pengekseskuan karya ini dilakukan pada 11 April 2022, pada pukul 14.30 WIB sampai 16.30 WIB.

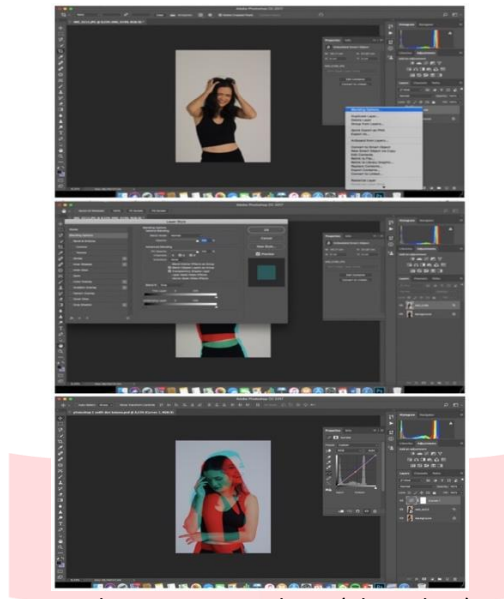


Gambar 21. Proses Eksekusi Karya  
(Sumber: Penulis, 2022)

penulis menggunakan kamera manual yang terhubung dengan *lighting* pada studio, dengan proses berkarya ini penulis memfokuskan nantinya pada proses *editing* yang menggunakan dua bayangan dengan kontras dua warna berbeda.

### **Proses Editing**

Setelah melakukan eksekusi dalam karya, selanjutnya penulis melakukan proses penciptaan karya pada *editing* melalui *Photoshop*. Dalam proses *editing* karya ini, penulis menggunakan aplikasi *photoshop* yang menggunakan pendekatan teknik *multiple color exposure*. Dengan memiliki dua bayangan kontras warna pada tiap bayangan. Warna pada proses berkarya ini menggunakan warna merah dan biru yang di mana memiliki arti tersendiri dalam hal positif dan negatif.



Gambar 22. Proses Editing (Photoshop)  
(Sumber: Penulis, 2022)

Proses ini melakukan sebuah media visual yang menggabungkan hasil dua foto di dalam satu *frame* untuk menjadikan sebuah pendekatan karya ekspresi dengan teknik *multiple color exposure*.



Gambar 23. Penulis dalam Proses Editing Karya  
(Sumber: Penulis, 2022)

### Hasil Penciptaan Karya

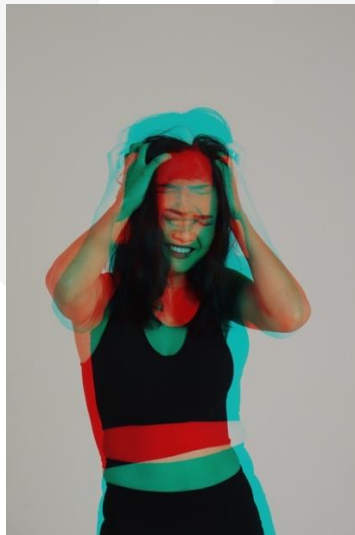
Dalam hasil 5 (lima) karya dihasilkan dengan melalui *editing photoshop*. Menggunakan teknik *multiple exposure* untuk menghasilkan kontras antar dua bayangan menggunakan warna merah dan biru. Dalam proses penyajian karya,



penulis membuat sebuah *display* karya dengan mencetak hasil foto dan digunakan bingkai untuk pengkaryaan dalam bentuk papan MDF. Warna tersebut memiliki dua sisi berbeda, yang di mana merujuk pada setiap pikiran manusia yang mempunyai gangguan kesehatan mental mempunyai pemikiran positif dan negatif yang saling bertentangan.

### ***Stress expression in mind (Ekspresi stres dalam sebuah pikiran)***

Hasil karya dalam potret ekspresi stres dalam sebuah pikiran ini merujuk pada seorang wanita yang mengalami stres dalam sebuah isi kepala yang bertentangan dengan dirinya sendiri. Stres biasa dialami dengan rasa lelah dalam berbagai hal yang mendorong energi negatif dalam tubuh secara tiba-tiba. Beda dengan depresi, stres biasa dialami oleh banyak orang dengan hal berbeda yang dialami, stres juga biasa tidak berkepanjangan seperti depresi. Perbedaan isi pikiran dan dirinya dibeda dua sisi bayangan seorang wanita dengan kontras warna yang berbeda.



Gambar 24. Hasil Karya Ekspresi depresi dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Expression of anger in a thought (Ekspresi suatu amarah dalam pikiran)***

Hasil karya dari ekspresi suatu amarah dalam pikiran adalah pertentangan

dalam sebuah pikiran dalam diri seorang wanita yang di bedakan dalam dua sisi bayangan berbeda. Dalam karya ini penulis menampilkan kontras diri seorang wanita dengan isi kepala atau pikirannya yang sedang marah. Dalam potret tersebut seorang wanita yang sedang mempunyai amarah yang tinggi dengan perilaku yang merusak dirinya sendiri.



Gambar 25. Hasil Karya Ekspresi suatu amarah dalam pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Expression of sadness in a thought (Ekspresi kesedihan dalam suatu pikiran)***

Hasil karya dari ekspresi kesedihan dalam suatu pikiran merujuk pada pemikiran yang terlalu mendalam dalam suatu emosional yang lemah. Emosi sangat berpengaruh dalam mental seorang wanita yang cenderung lebih peka dalam kondisi. Raut wajah dalam sebuah ekspresi juga menentukan visualisasi dalam sebuah dua bayangan yang di mana memiliki tolak belakang antar kesedihan yang ada di dalam karya tersebut. Dalam potret ekspresi ini dapat penulis simpulkan di mana keadaan seorang wanita yang cenderung emosi tidak stabil akan mudah lemah atau sedih. Dengan perbedaan kontras dua warna bayangan yang bertolak belakang merujuk pada isi pikiran yang sedang menahan emosi kesedihan itu sendiri.



Gambar 26. Hasil Karya Ekspresi kesedihan dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Expression of fear in mind (Ekspresi ketakutan dalam suatu pikiran)***

Hasil karya ekspresi ketakutan dalam suatu pikiran ini merujuk pada suatu emosional terhadap gangguan cemas dan khawatir dalam ungkapan emosi. Dalam potret ekspresi ini penulis menampilkan seorang wanita yang sedang duduk dengan dua bayangan kontras yang berbeda. Dalam foto tersebut merujuk pada emosi kecemasan dalam pikiran dan khawatir dari luar nalar pikiran yang digabungkan menjadi suatu emosi untuk menampilkan wanita sedang takut akan suatu kondisi.



Gambar 27. Hasil Karya Ekspresi ketakutan dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### ***Expression of depression in a thought (Ekspresi depresi dalam suatu pikiran)***

Hasil karya dari foto yang menggambarkan ekspresi depresi dalam suatu pikiran ini mempunyai arti yang di mana seorang wanita di dalam foto memiliki kondisi emosional terhadap suatu gangguan dalam pikirannya yang berkepanjangan. Dengan visualisasi dalam sebuah gambar yang memperlihatkan sebuah kontras dua bayangan menciptakan dua pikiran suatu emosional. Di tampilkan dua sisi bayangan dengan warna berbeda memperlihatkan kontras bayangan dari diri seorang wanita dan pikirannya.



Gambar 28. Hasil Karya Ekspresi depresi dalam suatu pikiran  
(Sumber: Penulis, 2022)

### **PENYAJIAN KARYA**

Dalam penyajian karya, penulis membuat sebuah *display* guna meletakkan kain tersebut di *stand* karya. Dalam penggunaan karya, penulis menggantung sebuah karya menggunakan tali goni yang diletakkan bergantung di *stand display* karya.



Gambar 29. *Display Penyajian Karya*  
(Sumber: Penulis, 2022)

## KESIMPULAN

Dari tiap hasil penjelasan dalam sebuah hasil karya ini, dapat di ambil kesimpulan bahwa, memberi kepekaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental yang semakin meningkat angka kematian dan gangguan kesehatan tiap tahunnya. Dalam fotografi ini penulis menyajikan suatu keindahan karya fotografi dalam isi pikiran dan batin untuk disampaikan secara visual. Penyajian karya fotografi ini menjadi salah satu wadah untuk mengungkapkan suatu ekspresi emosional seseorang menjadi sebuah gambaran visual yang memiliki makna tersendiri. Pada masa pandemik kasus remaja bunuh diri meningkat akibat angka kemiskinan dan pola asuh yang berkurang pada tahun 2021.

Dalam karya ini penulis membagikan informasi tentang gangguan kesehatan mental pada seorang wanita, karena kepekaan dalam sebuah mental lebih rentan terhadap seorang wanita dalam mengekspresikan suatu emosionalnya.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku:

- Aditya Z, C. (2015). *Berbagai Terapi Jitu Atasi Emosi Sehari-hari*. Yogyakarta: Flash Books.
- Dini, Y., dan Itta, W. (2003). *1, 2, 3 Klik: Ajar Memotret Bagi Pemula*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hirsch, R. (2005). *Exploring Colour Photography*. United Kingdom: Laurence King.
- Kartika, D. S. (2007). *Seni Rupa Modern*. Bandung: Rekayasa Sains.
- Kartono, K. (1992). *Psikologi Wanita*. Jilid 1. Bandung: Mandar Maju.
- Saleh, A. A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Makassar: Penerbit Aksara Timur.
- Soedjono, S. (2007). *Pot-Pourri Fotografi*. Jakarta: Universitas Trisakti.
- Sudarma. (2014). *Fotografi*. Tangerang: Graha Ilmu.
- Thahir, A. (2018). *Psikologi Perkembangan*. Lampung: Aura Publishing.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi Yogyakarta.

### Jurnal, Diklat & Seminar:

- Ekspresi Seni. (2022). *Ekspresi Seni: Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Karya Seni*, 24 (2). Diakses melalui: <https://journal.isi-padangpanjang.ac.id/index.php/Ekspresi>.
- Harissman, & Martwan. (2019). EKSPRESI KE"TAQWA"AN DALAM KARYA LUKIS KALIGRAFI. *Ekspresi Seni: Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Karya Seni*, 21(2), 150–166.
- Holloway, S. D., Suzuki, S., Yamamoto, Y. & Mindrich, J. D. (2006). *Relation of Maternal Role Concept to Parenting, Employment Choices, And Life Satisfaction Among Japanese Women*. *Sex Roles*, 54 (3/4), 235-249.
- Osman, Z.b. & Adzharuddin, N.A.b. (2015). Pengaruh Visual dan Verbal dalam Iklan Kempen Terhadap Emosi. *Journal of Education and Social Sciences*, 2 (Oct.)

ISSN 2289- 9855.

Sari, O.K., Ramdhani, N., dan Subandi. (2020). Kesehatan Mental di Era Digital: Peluang Pengembangan Layanan Profesional Psikolog. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 30 (4), 337-348.

Sintowoko, Dyah. (2021). Hibridisasi Budaya: studi kasus dua drama korea pada tahun 2018- 2020. *Jurnal Jurusan Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom*.

Sintowoko D, Sari S. (2022). "COSTUME AND FEMINISM: CHARACTER IN FILM *KARTINI*". *Jurnal Jurusan Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom*.

Sintowoko, Dyah. 2022. "Visual Nostalgia dari Lagu *Attention* oleh *Charlie Puth* dan *Wait* oleh *Day 6* Ke Dalam Fotografi *Multiple Exposure*". *Jurnal Jurusan Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom*.

Sukma, H. (2018, Desember 09). *Apa sih Foto Multiple Exposure itu?* Diakses melalui: <https://nyiksakamera.wordpress.com/2018/12/09/apa-sih-foto-multiple-exposure- itu/>.

Trihanando D, Endriawan D. 2022. "Startegi Peningkatan Profesionalisme Bidang Seni Rupa Pada Era Pasca Pandemi COVID-19". *Jurnal Jurusan Seni Rupa, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom*.

#### **Skripsi:**

Anonim. BAB II Landasan Teori. Diakses melalui: <http://repo.darmajaya.ac.id/1427/2/7.BAB%20II.pdf>.

#### **Website:**

Daniel. (2016, Agustus 13). *Elegia*. Diakses melalui: <http://fragmentary.org/elegia/>.

Finallyfreetowander. (2015, Januari 07). *Mental Health*. Diakses melalui: <https://finallyfreetowander.wordpress.com/tag/mental-health/>.

Flickr. (2016, Juli 02). *Mike Monaghan*. Diakses melalui:

<https://medium.com/@jamishoots/instagram-interview-mike-monaghan-bddf0cfd66d8>.

Gregoorius Bhisma Adinaya (2018, Agustus 01). Penelitian Mengungkap Bahwa Perempuan Lebih Emosional daripada Lelaki. Diakses melalui: <https://nationalgeographic.grid.id/read/13909727/penelitian-mengungkap-bahwa-perempuan-lebih-emosional-daripada-lelaki?page=all>.

Hello Sehat. 5 Obat Antidepresan yang Paling Umum Digunakan, Beserta Risiko Efek Sampingnya. Diakses melalui: <https://hellosehat.com/mental/gangguan-mood/antidepresan-paling-umum/>.

Methanisa, K. (2017, November 29). Memotret Secara Harfiah Problem Kesehatan Mental di Indonesia. *VICE*, Diakses melalui: <https://www.vice.com/id/article/pazeey/memotret-secara-harfiah-problem-kesehatan-mental-di-indonesia>.

Mujahidah, N. (2022, Juli 04). Nita Mujahidah: Mengekspresikan Emosi untuk Menjaga Kesehatan Mental. Diakses melalui: <https://peacegen.id/aop-stories/nita-mengekspresikan-emosi-untuk-menjaga-kesehatan-mental/>.

Stocksy United. (2018, Maret 08). Kkgas. Diakses melalui: <https://www.stocksy.com/kkgas/>.

Stocksy United. (2018, Maret 08). Igor Mandjinca. Diakses melalui: <https://www.stocksy.com/1909922/experimental-double-exposurereflection-colorful-glassportraitdouble-exposureart>.

Stocksy United. (2018, Agustus 08). Branko Starcevic. Diakses melalui: <https://www.stocksy.com/starch/>.

UNICEF. (2021, Oktober 05). Dampak COVID-19 terhadap rendahnya kesehatan mental anak-anak dan pemuda hanyalah 'puncak gunung es'. Diakses melalui: <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/dampak>.



covid-19-terhadap-rendahnya-kesehatan-mental-anak-anak-dan-pemuda-hanyalah.

